

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma / kasvatus- ja perhetyö

Jenni Hänninen – Maija Pétas

PERHEMÖRRI-TOIMINNAN VUOSISUUNNITELMA

Opinnäytetyö 2012

## TIIVISTELMÄ

### KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaaliala

HÄNNINEN, JENNI

PÉTAS, MAIJA

Opinnäytetyö

Työn ohjaaja

Toimeksiantaja

Marraskuu 2012

Avainsanat

Perhemörri-toiminnan vuosisuunnitelma

42 sivua + 22 liitesivua

Lehtori Miia Heikkinen

Kouvolaan Latu

metsämörri-toiminta, perheliikunta, luonto

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Kouvolaan Ladulle valmis vuosisuunnitelma Perhemörri-toiminnan toteuttamiseksi. Perhemörri-toiminnan tarkoituksena on tutustuttaa lapset yhdessä vanhempiensa kanssa luontoon leikkien ja laulujen avulla. Tarkoituksena on myös saada koko perhe yhdessä viihtymään metsässä sekä mahdollistaa yhteiset elämykset luonnon keskellä.

Opinnäytetyön teoreettisessa osassa käsitellään muun muassa luonnon, liikunnan ja leikkien merkitystä lapsen kehitykselle. Myös perheliikunta ja perheiden ohjaaminen ovat keskeisiä aiheita opinnäytetyön teoriaosuudessa. Toiminnalliseen osuuteen puolestaan kuuluu muun muassa suunnittelutyö sekä Perhemörri-toiminnan toteutus.

Opinnäytetyö on toiminnallinen produkti. Opinnäytetyö sisältää Perhemörri-toiminnan suunnitelman sekä raportin lopullisesta tuotoksesta ja toteutetuista Perhemörri-kerroista. Perhemörri-toiminnan koko vuoden suunnitelma on liitteenä opinnäytetyössä. Lopullinen Perhemörri-toiminnan suunnitelma on tehty vastaamaan perheiden toiveita.

Perhemörri-toiminta osoittautui sekä lapsille että aikuisille mieleiseksi. Perheet kokivat toiminnan olleen monipuolista ja sopivaa koko perheelle. Toiminta vastasi perheiden odotuksia. Perhemörri-toimintaa jatketaan Kouvolaan Ladun toimesta suunnitelman pohjalta tulevaisuudessa.

## ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Social Care

HÄNNINEN, JENNI

PÉTAS, MAIJA

Bachelor's Thesis

Supervisor

Commissioned by

November 2012

Keywords

Annual Plan of Perhemörri-Activity

42 pages + 22 pages of appendices

Miia Heikkinen, Senior Lecturer

Kouvola's Latu

metsämörri-activity, physical education of families, nature

The aim of this study was to produce a complete project of Perhemörri –activity to Kouvola's Latu. The aim of Perhemörri –activity is to familiarize children and parents with nature with songs and games. The aim was also to get the whole family to enjoy the forest as well as enabling mutual experiences in the nature.

The theoretical section of this study deals with meaning of nature, physical education and playing for children's growth. Also, physical education of families and family guidance are one of the main issues in the theoretical part. In functional part, in turn, planning work and execution of Perhemörri-activity are carried out.

The study is a functional product. It contains Perhemörri-activity plan and report of the final production and accomplished Perhemörri –occasions. Feedback from parents and their children was gathered in order to measure the functionality of the occasions and also to receive possible development ideas. The eventual Perhemörri-activity plan has been made to answer the wishes of the families.

Perhemörri-activity turned out to be enjoyable for both children and adults. Families felt that activities were varied and suitable for the whole family. Activity answered to the families' expectations. Kouvola's Latu will continue Perhemörri-activity in future based on the plan.

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET	7
2.1	Tausta	7
2.2	Tavoitteet	7
3	PERHEMÖRRI-TOIMINNAN VIITEKEHYS	8
3.1	Liikunnan merkitys lapsen kehitykselle	8
3.1.1	Motorinen kehitys	8
3.1.2	Liikunta	9
3.1.3	Satu- ja mielikuvaliikunta	12
3.2	Leikkien merkitys lapsen kehitykselle	13
3.3	Liikuntaleikit ja niiden ohjaaminen	14
3.3.1	Perheliikunta	15
3.3.2	Aikuisten ja lasten vuorovaikutus	16
3.3.3	Liikunnan ja leikin ohjaaminen	17
3.3.4	Ohjaustyylit	19
3.4	Metsämörri-toiminta	20
3.4.1	Luonnon merkitys lapselle	21
3.4.2	Metsämörri-leikkien merkitys lapsen kehitykselle	24
3.4.3	Metsämörri-toiminta Kouvolan Ladussa	24
4	PERHEMÖRRI-TOIMINNAN PILOTOINTI	25
4.1	Perhemörri-toiminta	25
4.2	Ohjaajan tehtävät	26
4.3	Kevään 2012 Perhemörri-kerta	27
4.3.1	Tavoitteet, sisällöt ja menetelmät	27
4.3.2	Toteutus ja arviointi	30
4.4	Syksyn 2012 Perhemörri-kerta	32

4.4.1	Tavoitteet, sisällöt ja menetelmät	32
4.4.2	Toteutus ja arviointi	34
5	PERHEMÖRRI-KANSIO	36
6	POHDINTA	37
6.1	Prosessin arviointi	37
6.2	Tuotoksen arviointi	39
6.3	Sovellusehdotukset	39
	LÄHTEET	41
	LIITTEET	
	Liite 1. Perhemörri-toiminnan vuosisuunnitelma	

## 1 JOHDANTO

Metsämörri-toiminnan kantavana ajatuksena on tutustuttaa lapset luontoon metsässä muun muassa leikkien ja laulujen avulla. Metsämörri-toimintaan kuuluu myös olennaisesti liikunta, johon lapsia kannustetaan leikkien kautta. Metsämörri-toiminnassa pyritään myös korostamaan luonnon tärkeyttä ja sen suojelua. Kouvolan Latu on toteuttanut Metsämörri-toimintaa jo vuodesta 1995 alkaen, jolloin toiminta oli tarkoitettu esikouluikäisille. Metsämörri-koulut on nykymuodossaan jaoteltu Metsämytysten ja Metsämörrien ryhmiin iän mukaan. Pienemmille lapsille tarkoitettua Metsämörri-toimintaa on Kouvolassa järjestetty vuodesta 2006, kun Mytys-koulut aloittivat. (Kouvolan Latu 50-vuotta 2008; 85.)

Metsämörri-koulua käyvien lasten vanhemmilta on tullut toive, että myös vanhemmat pääsisivät mukaan toimintaan yhdessä lastensa kanssa. Tästä Kouvolan Latu sai ajatuksen Perhemörri-toiminnasta, jossa koko perhe pääsisi yhdessä mukaan toimintaan. Kouvolan Ladun ohjaajilla ei kuitenkaan löytynyt resursseja alkaa suunnitella ja toteuttaa Perhemörri-toimintaa, vaikkakin idea oli kannattava. Niinpä Kouvolan Latu päätti antaa opinnäytetyöksi sosionomiopiskelijoille Perhemörri-toiminnan suunnittelun ja toteutuksen. Perhemörri-toiminta ei ole kuitenkaan aivan uusi käsite, sillä Perhemörri-toimintaa järjestetään jo muutamissa kunnissa eri puolella Suomea. Yleisten Metsämörri-toiminnan kantavien arvojen lisäksi Perhemörri-toiminnassa keskeistä on perheiden yhdessäolo, perheliikunta sekä yhteisten luontokokemusten jakaminen ja kokeminen.

Opinnäytetyönämme on Perhemörri-toiminnan suunnittelu sekä toteutus. Olemme saaneet hyvin pitkälti suunnitella Perhemörri-toimintaa oman mielemme mukaan, kuitenkin Metsämörri-koulujen arvot huomioiden. Opinnäytetyötämme varten olemme lisäksi suorittaneet Perhis-ohjaajakurssin sekä Metsämörriohjaaja-koulutuksen. Saadaksemme tarpeeksi kattavan kuvan Metsämörri-toiminnasta, toimimme apuohjaajina Metsämörri-kouluissa keväällä ja syksyllä 2011, sekä ohjaajina syksyllä 2011. Vasta tämän jälkeen aloimme suunnitella Perhemörri-toimintaa.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET

### 2.1 Tausta

Metsämörri-toiminta on Suomen Latu ry:n paikallisyhdistysten järjestämää luontokeskeistä toimintaa 2–12-vuotiaille lapsille. Metsämörri-kouluja vetävät vapaaehtoiset Suomen Latu ry:n kouluttamat jäsenet, Metsämörri-ohjaajat. Metsämörri-kouluja järjestetään myös päiväkodeissa Suomen Ladun kouluttamien ohjaajien toimesta. (Suomen Latu ry 2003, 6.)

Saimme opinnäytetyön aiheemme Kouvolan Ladulta. Yhteyshenkilönämme toimi Metsämörri-kouluja pitkään ohjannut Merja Simpanen. Hän sai vanhemmilta pyynnön toteuttaa Metsämörri-toimintaa, johon koko perhe voisi osallistua. Kouvolan Latu innostui ajatuksesta, mutta heillä ei ollut riittävästi resursseja alkaa suunnitella tällaista toimintaa. Kouvolan Latu päättikin tarjota Perhemörri-toiminnan suunnittelua opinnäytetyön aiheeksi sosiaalialan opiskelijoille. Kun kuulimme tästä aiheesta, kiinnostuimme siitä ja tartuimme tarjoukseen.

Opinnäytetyöhön liittyen saimme Kouvolan Ladun kustantamana käydä Perhis-ohjaajakurssin sekä Metsämörriohjaaja-koulutuksen, joista oli paljon hyötyä opinnäytetyöprosessissamme.

### 2.2 Tavoitteet

Tavoitteenamme oli suunnitella ja tuottaa Kouvolan Ladulle valmis vuosisuunnitelma Perhemörri-toimintaan sekä ohjata kaksi harjoituskertaa. Opinnäytetyössämme tarkoituksena on taustoittaa Perhemörri-toiminnan teoreettista viitekehystä sekä kuvata pilottikokeiluja ja koko Perhemörri-kansion sekä harjoituskertojen suunnitteluprosessia.

Opinnäytetyöprosessin aikana mieleemme heräsi useita erilaisia tutkimuskysymyksiä. Valitsimme lopulliseksi tutkimuskysymykseksi sen, johon opinnäytetyömme parhaiten vastaisi. Tutkimuskysymykseksi muodostui näin ollen: Miten soveltaa lapsille suunnattua Metsämörri-toimintaa lapsiperheille?

### 3 PERHEMÖRRI-TOIMINNAN VIITEKEHYS

#### 3.1 Liikunnan merkitys lapsen kehitykselle

##### 3.1.1 Motorinen kehitys

Motoristen taitojen kehityksessä keskeistä on lapsen omaehtoinen itseohjautuva tutkiva toiminta ja heidän oma keksimisensä ja löytämisensä. Jo vastasyntyneillä lapsilla on kaksi tehokasta systeemiä, joiden avulla tutkiminen luonnistuu; näön avulla ja suun avulla tutkiminen. Lasten omaehtoinen aktiivinen tutkiminen kehittyy iän myötä yksilöllisesti. Lapset kokeilevat luonnostaan omia kykyjään, joiden avulla he löytävät ympäristön liikkumismahdollisuudet ja omat liikkumistaitonsa. Kehityksen myötä lapsi löytää uusia tutkivia systeemejä ja toimintamalleja jatkuvasti. Näitä uusia toimintamalleja voivat olla näön ja suun avulla tutkimisen jälkeen esimerkiksi tarttuminen erilaisiin asioihin, ryömiminen, kiipeäminen, käveleminen, juokseminen tai vaikkapa hyppiminen. (Karvonen, Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 37–40.)

Varhaisvuosien motorinen kehitys sisältää paljon yksilöllisiä eroja ja kehitysympäristöistä johtuvaa vaihtelua lasten välillä, mutta samanikäisten lasten liikkumisessa ja kehityksessä on myös samoja piirteitä. Esimerkiksi 1-3 vuoden iässä lapsi on oppinut pystyasennon ja kävelyn. Lisäksi hän oppii perusliikuntamuotoja, kuten kävelyä, juoksemista, hyppäämistä tasapainoilua, kantamista ja niin edelleen. Missään muussa iässä ihminen ei omaksu yhtä paljon uusia taitoja yhtä lyhyessä ajassa, kuin ensimmäisen ja kolmannen ikävuoden välillä. Tällöin lapsi haluaa osata ja yrittää ja ponnistelee sen eteen. Hänellä on suuri liikkumisen tarve ja motivaatio harjoitella ja täydentää opittuja taitoja. Sen sijaan ikävuosina neljästä kuuteen vuoteen aiemmin opitut liikkumismuodot kehittyvät entisestään ja eriytyvät toisistaan. Tällöin suoritukset lisääntyvät määrällisesti ja liikekulkujen laatu paranee. Lisäksi lapsille kehittyy kyky soveltaa eri tilanteissa opittuja taitoja ja yhdistellä eri liikkumismuotoja toisiinsa. (Karvonen ym. 2003, 54–56.)

Kaikkeen lapsen kehitykseen vaikuttavat ympäristö, perimä sekä lapsen omat kokemukset. Kuitenkin lapsen fyysiseen kasvuun, motoriseen ja tiedolliseen taitoon sekä tunne-elämän ja persoonallisuuden kehitykseen voidaan vaikuttaa muun muassa liikunnalla ja liikuntaharjoitteilla. Lapset liikkuvat luonnostaan ja se onkin lapselle keskeinen asia elämässä. (Rinta, Lind, Lipponen & Tamminen 2008, 9.)



Uteliaisuus johtaa kaikenikäiset ihmiset mittailemaan etäisyyksiä, kokeilemaan rajojaan ja ihmettelemään. Liike ja liikunta ovat välineitä tämän uteliaisuuden tyydyttämiseksi. Aikuisten antaessa lapsille mahdollisuuksia lasten luontainen uteliaisuus luo halun uuden oppimiseen ja haasteiden lisäämiseen. Liikunta ja liikkuminen antavat lapselle myös mahdollisuuden tuntea itsensä ja oman kehonsa aivan uudella tavalla. (Rinta ym. 2008, 9.)

### 3.1.2 Liikunta

Lapset liikkuvat luonnostaan ja se on keskeinen asia lapsen elämässä. Liikunta onkin elintärkeä asia lapsen kehitykselle. Erilaisilla liikuntamuodoilla ja liikuntaharjoitteilla voidaan vaikuttaa lapsen fyysiseen kasvuun, motoriseen ja tiedolliseen taitoon sekä tunne-elämään sekä persoonallisuuden kehitykseen. Lapsen uteliaisuus maailmaa kohtaan kasvaa ja lapsi alkaa tutkia ympäristöään muun muassa liikkuen, hyppien ja kävellen. Liikunta ja liikkuminen antavatkin lapselle mahdollisuuksia oman kehon tuntemiseen uudella tavalla. Lapsi kokee ja aistii oman kehonsa ja tuntee myös vapaasti etenevän liikkeen yhteyden. Kun lapsi saa erityistaitoja, ne muokkaavat lapsen kehon tuntemusta ja näin pääsemme liiketuntemukseen. Liiketuntemuksessa lapsi pystyy muuttamaan kehonosien toimintoja siten, että liike voi tarvittaessa hidastua, nopeutua tai vaikkapa laajentua. Lapsen kehitykseen vaikuttavatkin perimän lisäksi myös ympäristö ja kokemukset. Kun lapsen kanssa toteutetaan liikuntaharjoitteita, tulee korostaa turvallisuutta, arvostusta ja rakkauden merkitystä vuorovaikutuksessa ja kasvatuksessa. Lapsilla, jotka kokevat olevansa arvokkaita ja saavat rakkautta, on parhaimmat edellytykset tasa-painoiseen elämään. (Rinta ym. 2008, 9.)

Kun vertaillaan tyttöjä ja poikia liikkujina, ovat he erilaisia. Erot voivat johtua toki siitäkin, että usein tyttöjen ja poikien liikunnanohjaaminen on erilaista. Pojat kiinnostuvat pääsääntöisesti leikeistä, jotka suuntautuvat itsestä ulospäin, kuten sotaleikeistä, kamppailuista ja ralliajoista. Tytöt taas leikkivät usein mieluiten sisäänpäin suuntautuvia leikkejä, kuten kotileikkejä, nukkeleikkejä ja mitä erilaisimpia roolileikkejä. Ero voidaan huomata myös tyttöjen ja poikien liikuntaleikeissä. Poikia kiinnostaa yleensä vauhdikkaat ja menevät leikit, kun taas tytöt innostuvat leikeistä, joissa tarvitaan taitominaisuuksia. Tytöt rakentavat myös poikia useammin yhteyksiä leikkiensä aikana ja jakavat keskenään kokemuksia. Pojat taas pitävät tärkeämpänä leikin toimintaa. Kaikki lapset voivat tietenkin leikkiä kaikenlaisia leikkejä, sukupuolesta huolimatta. Lasten

välille ei tulisiakaan tehdä eroa siitä, mikä kuuluisi olla tyttöjen liikuntaa ja mikä poikien. Lasten liikunnassa molemmille sukupuolille tulee rakentaa sekä antaa sisällöllisesti rakentua omanlaisensa tapa liikkua. Voidaan kuitenkin huomioida se, että usein poikien liikunnassa korostuu vauhti, voima ja fyysisuus, kun taas tyttöjen liikunnassa korostuksessa on taitojen oppiminen ja kehon käyttö liikkeessä. (Rinta ym. 2008, 15.)

Liikkuminen ja liikuntakokemukset ovat yhteyksissä myös lapsen minäkuvaan. Positiiviset kokemukset liikunnasta auttavat lasta muodostamaan myönteisen minäkuvan. Sen kehitystä tukee myös liikkujakeskeinen toiminta, jossa yhteistyökykyä arvostetaan sekä korostetaan lapsen vastuuta omista päätöksistään. On tärkeää auttaa lasta valitsemaan sellaisia tavoitteita liikunnassa, jotka ovat mahdollisia toteuttaa. Ylipääntään tavoitteista puhuminen on lapsen kehittyessä tärkeää. Yksilölliselle kehittymiselle pitää antaa mahdollisuus ja aikaa. Liikunnan harrastaminen ja oppimiskokemukset ovat myös yhteyksissä toisiinsa. Liikunnan avulla lapsi kokee oman fyysisen olemuksensa positiivisesti, ja siihen on myös mahdollisuus vaikuttaa liikunnan avulla. Lapsille onkin luotava miellyttäviä ja positiivisia liikuntahetkiä, mutta niissä on myös oltava hieman haasteellisuutta, jotta lapsen kiinnostus liikuntaa kohtaan jatkuu. (Rinta ym. 2008, 17, 21.)

Liikunnassa on tärkeää myös se, että ilmapiiri on hyvä ja liikkujakeskeinen. Ilmapiiri sisältää niin viihtymisen, henkisen hyvinvoinnin kuin toiminnan jatkumisen. Lasten vanhemmilla on usein keskeinen rooli ilmapiirin alkusysäyksen synnyttämisessä, sillä vanhemmat siirtävät omia tavoitteitaan ja lajimieltymyksiään lapsille. Koulu, kaverit ja muut harrastukset ovat myöhemmin lapsen elämässä tärkeässä roolissa, ja vaikuttavat lapsen liikuntamieltymyksiin. Myös liikunnan ohjaaja on yksi suuri tekijä ilmapiirin vahvistamisessa, sillä ohjaaja vastaa omilla opetuksellisilla ratkaisuillaan, persoonallaan, auktoriteetillaan, palautteenanto- ja empatiakyvyllään sekä ajankäytöllisillä ratkaisuillaan vahvasti ryhmän ilmapiirin henkeen. Liikuntaharjoituksissa tulee pyrkiä tekemään onnistumisia ja vahvistamaan lapsen jo olemassa olevia vahvoja ja positiivisia puolia. Vastuun ottaminen erilaisissa liikuntaharjoituksissa kannustaa lasta yrittämään ja toimimaan yhteistyössä muiden kanssa. Onnistumisen tunteen kautta lapsi saa rohkeutta kokeilla uudenlaisia asioita. (Rinta ym. 2008, 17, 21.)

Toistetuista liikunnallisista taidoista tulee tapa, joka muokkaa lapsen persoonaa.

Vaikka liikunnalla ei voida kaikkeen kuitenkaan vaikuttaa, niin sillä voidaan kuitenkin

löytää elämälle parempi ja positiivisempi suunta. Perusliikkeet ovat osa jokapäiväisiä käytännön taitoja. Niitä harjoitellaan, jotta voidaan lisätä elämisen laatua ja kehon luonnollista toimintaa. Motorinen kehitys, kehonhahmotus sekä perusliikuntataitojen oppiminen ovat lapsella jatkuvassa vuorovaikutuksessa keskenään. Liikkuminen yli-päättänsä tuo lapselle mielihyvää, ja niinpä lapsi luonnostaankin etsii itselleen uusia haasteita kokeilemalla aina vain vaikeampia ja hurjempia juttuja. Lapsen sisäinen oppiminen ja kehittymisen tarve tekee sen, että lapsi pysyy aktiivisena ja kokeilee erilaisia liikuntamuotoja ahkerasti. Tällä tavalla lapsi myös oppii hallitsemaan kehoaan ja suoriutumaan yhä monimutkaisemmista motorisista harjoituksista. Monipuoliset harjoitukset auttavat lisäksi kehittämään lapsen tasapainoa, liikkuvuutta, silmä – käsi- ja silmä – jalkayhteistyötä. (Rinta ym. 2008, 47.)

Jotta lapsi saisi mahdollisimman tasapainoisen elämän, edellyttää se, että lapsi saa leikkiä ja liikkua tarpeeksi. Jokaisessa päivässä tulisi olla paljon monipuolista leikkiä sekä liikuntaa. Varhaisvuosien aikana ei riitä ainoastaan irralliset nopeat liikuntahetket, joissa tärkeintä on kunnon kohotus. Lasten suuresta liikkumistarpeesta kertoo jo lasten oma käyttäytyminen. Lapset, jotka ovat koko päivän olleet sisällä, eivätkä ole päässeet nauttimaan ulkoilmasta ja liikunnasta, ovat yleensä väsyneitä, kiukkuisia ja levottomia. Pitkä paikallaan olo, staattinen lihasjännitys sekä yksipuolisuus toiminnassa näkyvät lapsissa käyttäytymisen häiriöinä. Lasten riittävään päivittäiseen liikkumiseen vaikuttavat esimerkiksi se, kuuluuko heidän jokapäiväiseen päivärytmiinsä tarpeeksi terveellistä ulkoilua ja erilaisia retkiä lähiympäristöön. (Rinta ym. 2008, 15–16.)

Lasten kasvattajillakin on tärkeä merkitys, sillä he mahdollistavat liikuntahetket lapsille. Kasvattajat vastaavat siitä, mahdollistavatko he luovasti järjestelemällä lapsille liikkumismahdollisuuksia, liikuntahetkiä ja leikkejä ja kuinka paljon lapsia tutustutetaan ympärillä olevaan ympäristöön. Jos lasten liikkumisesta ei huolehdita tarpeeksi, lapsi ei koe liikunnan tuomaa iloa ja mielihyvää. Liikunnan vähäisyydellä voi myös olla terveyteen vaikuttavia negatiivisia vaikutuksia. Aikuisten avulla lapsi pystyy liikunnan tuoman ilon ja onnistumisen kautta vahvistamaan toimintahaluaan ja lisäämään uteliaisuuttaan ympäristöä kohtaan. (Rinta ym. 2008, 15–16.)

### 3.1.3 Satu- ja mielikuvaliikunta

Suomessa satuvoimistelulla ja -liikunnalla on pitkät perinteet. Lastentarhatoiminnan alusta lähtien lähestulkoon kaikkea pienten lasten liikuntaa kutsuttiin satuliikunnaksi. Satuliikunnassa korostettiin ryhtiä sekä muita terveyteen liittyviä asioita. Satuliikuntaan kuului olennaisesti myös paljon lauluja, rytmiä ja leikkiä. (Karvonen ym. 2003, 217.)

Kun ohjaaja suunnittelee satuliikuntaa lapsille, hän voi suunnitella tuokion valmiiseen satuun tai keksiä oman juonellisen tarinan. Tuokio voidaan tehdä myös lapsilähtöiseksi niin, että lapset itse saavat ideoida tarinaa. Satuliikunnassa korostuu aina myös ohjaajan innostava ohjaamistapa ja lasten kanssa yhdessä tekeminen. Erityisen tärkeitä on myös hyvä tunnelma sekä myönteinen ilmapiiri. Lapset voivat tuoda omia mielikuviaan ja liikkumistapojaan ohjaajan suunnittelemaan tuokioon. Ohjaaja voi myös houkutella lasten luovuutta esiin esittämällä kysymyksiä, jotka liittyvät aiheeseen. (Karvonen ym. 2003, 218.)

Satuliikunta kiinnostaa yleensä erityisesti 2–5-vuotiaita lapsia, jotka ovat roolileikkivaiheessa. Satuliikunnan aiheet tulisikin valita iän ja kehitysvaiheen mukaan. Aivan pienimmille lapsille on tärkeää valita lempeitä, tuttuja ja turvallisia mielikuvia. 5–6-vuotiaille lapsille mielikuvat voivat olla jo vähän jännittävämpiä ja niissä voi olla enemmän seikkailua ja rajumpaa liikuntaa. Satuliikunnassa lasten keskittymiskyky kehittyy, kun lapsen täytyy seurata tarinan juonta. Lapsi saa myös virikkeitä mielikuvitukselleen ja eläytymiskyvylleen. Erilaiset ääntelyt sopivat myös liikkeisiin, ja niiden kautta mielikuva todentuu kokonaisvaltaisemmin. (Karvonen ym. 2003, 218–219.)

Satuliikunnassa aikuisen merkitys on suuri. Aikuinen kertoo lapsille tarinaa ja pitää mielenkiintoa näin yllä. Kun tarinasta löytyy sopivasti jännitystä ja toimintaa, lapset jaksavat keskittyä. Satuliikunnassa ei tarvitse noudattaa mitään tiettyä kaavaa, mutta siinä olisi hyvä olla selkeä aloitus, toimintaosa ja lopetus. Satuliikunnan tavoitteet asetetaan lasten kehitystason mukaan. Tuokion täytyy aina olla iloinen ja elämyksellinen tapahtuma. Satuliikunnassa lapsille voidaan myös antaa jotakin satuun liittyvää rekvisiittaa. Aikuisen tehtävänä on juonen eteenpäin vieminen ja kysymysten esittäminen. Aikuisen täytyy myös huolehtia, että kaikki lapset pysyvät mukana tarinassa ja että ohjeita ymmärretään. (Karvonen ym. 2003, 219–220.)

Myös metsäretkiä voidaan suunnitella tarinan muotoon. Tällainen metsäretki vie lapsen huomion erilaisiin elämyksiin. Ohjaajan täytyy asettaa tarinan muodossa järjestetävän metsäretken liikunnalliset tavoitteet ryhmän mukaisesti. Tarinan ja liikkumisympäristön valinta ohjaavat myös liikkumistapaa sekä asettavat itsessään liikunnallisia tavoitteita. Metsästä löytyvät kivet, kannot sekä kaikenlaiset kolot mahdollistavat lapsille monipuolisen liikkumisympäristön, joita voidaan myös hyödyntää erilaisissa leikeissä ja tehtävissä. (Kivimäki & Pietilä 2002, 10–11.)

### 3.2 Leikkien merkitys lapsen kehitykselle

Leikki on käytännönläheistä toimintaa, jota jokainen voi ymmärtää (Hujala & Turja 2011, 67). Leikillä ei ole varsinaisesti päämäärää, eikä sen ole tarkoitus tuottaa lopputulosta. Leikillä on läheisiä yhteyksiä useisiin muihin toiminnan muotoihin, kuten luovuuteen, ongelmanratkaisuun, kielen oppimiseen ja sosiaalisten roolien kehittymiseen. Leikin lajeja voidaan myös luokitella leikin tyyppin perusteella. Kuitenkin luokittelujen termeissä on sekä kasvattajien että tutkijoiden keskuudessa paljon vaihtelua. Esimerkiksi symbolileikillä, mielikuvitusleikillä ja roolileikillä tarkoitetaan usein samaa asiaa. (Kärkkäinen 2003, 13–14.)

Yksi näkökulma tutkittaessa leikkiä, on se, että leikkiä pidetään pienen lapsen puheena. Kommunikointi pienen lapsen kanssa onnistuu parhaiten leikin avulla ja se onkin yksi tie lapsen kokemuksiin, tunteisiin ja ajatteluun. Pienellä lapsella toiminnassa tulee esille uteliaisuus. Lapsi haluaa koskettaa ja ymmärtää kaikkea ja saada ympäristön haltuunsa. Hän haluaa saada vaikutettua asioihin. Toiminnan kautta ihminen kehittyy jatkuvasti: lihakset kehittyvät niitä käytettäessä ja samoin tavoin kehittyvät kaikki kyvyt ja taidot. Myös puhe vahvistuu vain jos sitä tarvitaan ja käytetään. Leikillä on omat vaiheensa liittyen lasten kulloinkin ajankohtaisiin kehitystarpeisiin. (Nurmilaakso & Välimäki 2011, 70–71.)

Kielen tavoin myös leikki on kulttuuriin sitoutunut ilmiö. Yhteisö on osana leikkiä tavalla tai toisella, oli lapsi minkä ikäinen tahansa. Lapsen leikki syntyy yhteisessä toiminnassa varttuneemman kanssa. Aikuisen ja lapsen välinen leikki on erityinen kommunikaatiomuoto heidän välillään. Aikuisen täytyy olla täysin mukana yhteisessä toiminnassa ja seurata lapsen reagoitua, kuten väsymistä tai pään kääntämistä pois. Mieluisan tilanteen toisto tuo lapselle mielihyvän kokemuksen ja oppiessaan seurauksen tilanteesta, hän alkaa itse ohjata tilannetta. Lapsi oppii aikuisen kanssa leikkiessään

seuraamaan aikuista jäljitellen hänen tekemisiään. Aikuista jäljittelemällä lapsi oppii myös sääntöjä. Yhdessä leikkiminen herättää positiivisia tunteita, parantaa lapsen itsetuntoa ja on apuna kielen ja käsitteiden omaksumisessa. (Nurmilaakso & Välimäki 2011, 71–73.)

Leikki on lapsen tapa oppia. Lapsi harjoittelee leikkien avulla sosiaalisia, emotionaalisia, fyysisiä ja henkisiä taitojaan. Päivittäinen elämä tarjoaa lapselle hyvin vähän todellisia ongelmatilanteita, jotka heidän itse tulisi selvittää. Leikkiessään lapsi kohtaa kuitenkin ongelmat itse ja pääsee kamppailemaan onnistuakseen. Lapsi voi myös harjoitella ongelmaa useita kertoja, jotta hän kokee hallitsevansa sen. Hallinnantunteen myötä itseluottamus ja usko omiin kykyihin kasvavat. Leikki vaikuttaa myös merkittävästi lapsen emotionaaliseen kehitykseen. Lapsi voi leikkiessään purkaa tunteitaan, täyttää toiveitaan tai yrittää päästä peloistaan irti. Leikki mahdollistaa lapselle tunteiden kokemisen ja niiden esilletuomisen. Arkielämässään lapsi elää keskellä ihmisten rakentamaa sosiaalista maailmaa, jonka sääntöjä ja intressejä hän ei vielä kykene ymmärtämään. Lapsi voi kuitenkin käsitellä näitä asioita leikeissään. (Kärkkäinen 2003, 17–18.)

Sosiaalisen kehityksen kannalta yhteisleikit ovat lapselle tärkeitä. Leikit auttavat lasta vuorovaikutustaitojen kehittämisessä. Lapsi asettuu leikeissä eri rooleihin, harjoittelee neuvottelemista ja riitojen ratkaisua sekä suunnittelee yhdessä muiden kanssa leikkien etenemistä. (Kärkkäinen 2003, 19.)

### 3.3 Liikuntaleikit ja niiden ohjaaminen

Lapset tuovat luonnostaan liikkumiseen mukaan leikin, ja toisinpäin. Liikuntaleikit vaikuttavat lapsen kehitykseen kokonaisvaltaisesti. Lapsen taidot kehittyvät liikuntaleikkien parissa, sillä leikkeihin kuuluu yleensä juoksemista, hyppimistä, kävelyä, heittämistä sekä muita liikkeitä. Lisäksi myös lapsen kestävyys, nopeus ja liikkuvuus paranevat. (Karvonen ym. 2003, 137.)

Liikuntaleikit ovat tärkeitä lapsille. Ensinnäkin, ne tuottavat lapselle iloa sekä innostumista. Ne myös auttavat vapautumaan ja rentoutumaan. Liikuntaleikkien kautta lapsi voi unohtaa arjen murheet ja surut, ja keskittyä tärkeämpään asiaan: leikkiin. Liikuntaleikeissä lapsen luovuus kehittyy myös. Lapsi keksii leikeissä uusia sääntöjä ja tapoja leikkiä. Erityisesti ulkoilmaleikeissä lapsen mielikuvitus pääsee valloilleen, sillä lapsi

voi keksiä mitä ihmeellisimpiä tapoja liikkua ja leikkiä. Erilaiset maastot tuovat myös hieman haasteellisuutta liikkumiseen.

Liikuntaleikit opettavat lapsille itsetuntemusta. Lasten luonteenpiirteet kehittyvät leikkien myötä, sillä lapset oppivat muun muassa rehellisyyttä, rohkeutta ja itsehallintaa. Liikuntaleikeillä on yhteys myös lapsen itsetuntoon, sillä onnistumiset leikeissä vahvistavat itsetuntoa. Sosiaaliset taidot kehittyvät monipuolisesti liikuntaleikkien kautta, koska lapsi on leikeissä vuorovaikutuksessa muiden lasten kanssa. Lapsi joutuu tekemään muiden lasten kanssa yhteistyötä leikkien yhteydessä, ja tällöin lapsen on omaksettava leikin säännöt ja käsitteet. (Karvonen ym. 2003, 139.)

### 3.3.1 Perheliikunta

Perheliikunta on perheen aktiivista yhdessäoloa. Perheet voivat liikkua yhdessä kaikin vuodenaikoina tekemällä ja harrastamalla jotakin mukavaa toimintaa. Perheet voivat liikkua joko kotona tai kodin ulkopuolella. Perheet voivat itse kehittää jotakin yhteistä toimintaa tai tekemistä, tai sitten on mahdollista kokeilla erilaisia lajeja, tai vaikkapa osallistua perheille tarkoitettuihin tapahtumiin, kuten esimerkiksi retkille. Perheliikunnan arvoja ovat perheen merkitys, liikkumalla saavutettu hyvinvointi, yhdessä toimiminen ja perhelähtöisyys. (Arvonen & Suomen Latu 2004, 28, 30.)

Käsitteenä perheliikunta on laaja. Perheliikunta käsite ei tarkoita pelkästään sitä, että juuri se perinteinen saman katon alla asuva perhe liikkuisi yhdessä. Perhe tarkoittaa tässä tapauksessa koettua perhettä. Perheliikuntaa voidaan kutsua myös pieniyhteisöliikunnaksi. Ydinperheiden lisäksi liikuntaan voivat siis osallistua vaikkapa ystävät ja tutut, naapurit ja sukulaiset. Perheliikunta on terveyttä edistävää liikuntaa, jossa huomioidaan eri-ikäisten liikkujien tarpeet ja valmiudet. Toiminta perheliikunnassa sovitetaan aina kaikille soveltuvaksi. (Arvonen & Suomen Latu 2004, 28–29.)

Monet suomalaiset vanhemmat tietävät, että liikunta vaikuttaa terveyteen. Tieto ei kuitenkaan ole tarpeeksi täsmällistä tai konkreettista, sillä edelleen luullaan, että lapset liikkuvat riittävästi itsestään. Monet myös ajattelevat, että päiväkotit tai koulut huolehtii lapsen riittävästä liikkumisesta. Aikuisen motivaatio lähteä yhdessä perheen kanssa liikkumaan voi koostua hyvin monitahoisista ja yksilöllisistä tavoitteista. On toki monia vanhempia, jotka eivät sen kummemmin mieti retkelle lähtiessään millaisia tavoitteita he retkelle asettavat. Kaikella yhdessä liikkumisella on kuitenkin piilotavoitteita:

vanhemmat haluavat kasvattaa lapsensa onnelliseksi ja tyytyväiseksi. Kokemusten ja elämysten saaminen voi myös olla yksi tavoite. Tavoitteet voivat myös olla vieläkin konkreettisempia tai lyhytjänteisiä. (Arvonen & Suomen Latu 2004, 32.)

Ohjatun perheliikunnan tavoitteita on aikuisten, lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden ja -tietouden lisääminen. Myös terveysliikunnan tarjoaminen kuuluu perheliikunnan tavoitteisiin. Perheliikunnalla voidaan tukea lasten kokonaisvaltaista kehitystä, vanhemmuutta ja kasvatustyötä sekä parantaa perheen sosiaalista vuorovaikutusta. Perheliikunnassa keskitytään paljon siihen, että lapsi saa liikuntakasvatusta, mutta tärkeää on myös huomioida aikuinen. Perheliikunnassa tulisi jokaisella harjoituskerralla olla aikuisen oman kuntotason mukaista aerobista liikuntaa, kuten kävelyä, juoksua, marssia tai hyppyjä. Lisäksi isompien lihasryhmien harjoitusta, kuten vatsan, reisien ja käsien lihasten harjoitusta tulisi olla aikuisille perheliikuntakerroilla. Aikuisen liikkuu perheliikunnassa lapsen mukana ja tekee myös samoja liikkeitä kuin lapsi. Aikuisia voidaan kuitenkin kehottaa jatkamaan lihasliikkeitä pitempään kuin lapsia. (Arvonen & Suomen Latu 2004, 33–35.)

Perheen kannalta perheliikuntatoiminnan tavoitteena on yleensä aktiivisten yhdessäolomuotojen tarjoaminen niin, että perhe saa erilaisia virikkeitä kotona tai lähiympäristössä liikkumiseen ja toimimiseen. Perheliikunnan avulla aikuisen ja lapsen vuorovaikutussuhde paranee myös ja saa uusia ulottuvuuksia. Lisäksi luottamus ja usko perheenjäseniin ja heidän kykyihinsä lisääntyy ja yhteiseen toimintaan opitaan luottamaan. Perheliikunnassa perhe saa onnistumisen kokemuksia. Se tarjoaa myös ihania hetkiä perheelle, joita perhe voi vuosien päästä yhdessä muistella. Perheliikuntatoiminnassa perheet tutustuvat myös muihin lapsiperheisiin ja vanhemmat saavat vertailukohtia toisten samanikäisten lasten taidoista ja kehityksestä. Perheliikuntaryhmät voivat myös toimia vertaisryhminä perheille. Näin vanhemmat saavat tukea vanhemmuudelleen toisilta perheiltä, jotka ovat samassa tilanteessa. (Arvonen & Suomen Latu 2004, 35–36, 48.)

### 3.3.2 Aikuisten ja lasten vuorovaikutus

Vuorovaikutustaitojen kehittyminen alkaa jo heti syntymästä. Vauva hakee heti syntymänsä jälkeen turvaa sekä ravintoa vanhemmiltaan. Tämä on vaistomainen perusta, sillä vauva tarvitsee näitä kahta asiaa pysyäkseen elossa. Vanhemmat taas vastaavat vauvan tarpeisiin tarjoamalla hoivaansa. Lapsen ja vanhempien varhaiseen vuorovai-



kutukseen liittyy myös vaistomaisesti toimintaa, jonka pohjalle lapsen sosiaalinen kehitys voi rakentua. Lapsen ja vanhemman läheinen kiintymyssuhde luo myös turvallisen ympäristön, jossa vuorovaikutustaidot pystyvät kehittymään parhaimmalla mahdollisella tavalla. (Launonen 2012.)

Lapsen kehityksen myötä lapsi alkaa suuntautua ympäristöönsä yhä aktiivisemmin ja kiinnostuneemmin. Lapsi tutkii ympäristöä ja hankkii tietoa siitä tutkimalla ja katselemalla sitä itsenäisesti. Kun aikuinen seuraa lapsen toimintaa, pystyy hän päättämään, mistä lapsi on kiinnostunut, ja menemään siihen mukaan omalla toiminnallaan. Lapsi saattaa kuitenkin haluta tutkia ympäristöä itsenäisesti, mutta koska aikuisen avulla hän pystyy tutkimaan ympäristöä kehittyneemmin toiminnoin, antaa lapsi usein aikuisen tulla mukaan tutkimaan ja havainnoimaan ympäristöä. (Launonen 2012.)

Varhaisen kommunikoinnin keskeisin elementti on jaettu huomion kohde. Lapsi, joka ei vielä puhu, ei pysty kommunikoimaan muiden kanssa mistään sellaisesta, mikä ei ole konkreettisesti läsnä lapsen luona. Jaetun toiminnan tilanteessa lapsella on kuitenkin hyvä mahdollisuus oppia tarkan ilmaisun välineitä, eli sanoja. Esimerkiksi leikkitalanteessa on jaettua toimintaa, kun aikuinen nimeää esineitä, asioita ja ihmisiä. Tärkeää on myös toisto, sillä näin lapsi saa paljon toistuvaa mallia kyseiseen tilanteeseen liittyvän puheen käytöstä. (Launonen 2012.)

### 3.3.3 Liikunnan ja leikin ohjaaminen

Liikunnan ohjaaminen on ihmissuhdetyötä, ja se vaatii ohjaajalta kykyä ja osaamista vuoropuheluun ja viestintään. Onnistunut ohjaus vaatii molemminpuolista, toimivaa viestien välittymistä ohjaajan ja ohjattavien välillä. (Arvonen & Suomen Latu 2004, 79.)

Liikunta ja leikki vaikuttavat lapsen kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Lasten liikunnassa olennaista on antaa lapsille kokemuksia erilaisista asioista. Muun muassa lapsen itsetunto, fyysinen minäkuva ja käsitys itsestä muotoutuvat osittain liikunnan ja leikin avulla. Onkin tärkeää, että liikunta ja leikki on lapselle hauskaa ja mieleistä tekemistä, eikä tärkeintä ole varsinaisesti kilpailu. Ohjaajan tehtävänä onkin luoda sopiva ilmapiiiri ja huomioida ryhmän mukaan fyysisesti, sosiaalisesti, tiedollisesti ja taidollisesti sopivat leikki- ja liikuntatuokiot. Uusiin leikkeihin ja liikuntamuotoihin tutustuminen

on yhdessäoloa, mutta samalla vanhemmat ja ohjaajat antavat lapsilleen myös mallin tekemisestä. (Autio & Kaski 2005, 9–10.)

Ryhmän ohjaajan tulee olla aito, kannustava, luotettava, turvallinen ja luova. Hänen tulee välittää ryhmänsä jäsenistä ja hänellä tulee olla myös hyvä itsetuntemus. Ohjaajan aitoudella tarkoitetaan sitä, että ohjaaja on ryhmässä omana itsenään ja ohjaa sekä on vuorovaikutuksessa ryhmänsä kanssa omalla persoonallisella ja ainutlaatuisella tavallaan. Ohjaajan tulee myös tiedostaa omat tunteet, käsitykset ja motiivit ohjattaviin lapsiin ja harrastustapahtumaan. Ohjaaja ei välttämättä pidä kaikista ryhmän jäsenistä yhtä paljon tai hänen omat toiveensa harrastuksen osalta voivat poiketa ryhmän jäsenen kanssa. Huomioituaan nämä seikat itsestään ohjaaja pystyy kiinnittämään huomioon esimerkiksi tasapuolisuuteen kaikkia ryhmän jäseniä kohtaan. (Autio & Kaski 2005, 64.)

Hyvä ohjaaja kannustaa ja huomioi kaikkia ryhmän jäseniä yksilöllisesti. Ohjaajan tulee myös huomioida jokainen ryhmän jäsen senhetkisen kehitystasonsa mukaisesti. Kannustamiseen kuuluu myös ryhmän jäsenten motivointi, jotta harrastus ei kenenkään osalta loppuisi muiden osatessa paremmin kuin yksi jäsenistä. Sekä vanhempien että lasten on myös pystyttävä luottamaan ohjaajaan. Ohjaajan on oltava rehellinen ja luotettava lasten kykyihin. Kun ohjaaja luottaa ryhmänsä jäsenten kykyihin, myös ryhmän jäsenet alkavat luottamaan enemmän itseensä, mikä näkyy oma-aloitteisuutena ja haastavampien taitojen oppimisena sekä itseluottamuksen kasvamisena. (Autio & Kaski 2005, 65.)

Ohjaajan tulee myös aidosti välittää ryhmänsä jäsenistä sellaisina kuin he ovat huolimatta siitä, että he välillä epäonnistuvat tehtävissään. Lisäksi luottamus vaatii ohjaajan tarjoamaa turvallisuutta, eli sitä, että ohjaaja on vastuussa liikunta- ja leikkituokioiden kulusta ja hän osaa asettaa rajat joiden puitteissa toimitaan. Ohjaajan luovuudella tarkoitetaan lähinnä käytännön tilanteita, joissa ohjaajan tulee luottaa omaan tietoonsa ja taitoonsa. Varsinkin lapsiryhmien kanssa tilanteet voivat poiketa suunnitellusta tuokiosta, jolloin ohjaajan tulee omalla luovuudellaan saada ohjaustilanne takaisin hallintaansa. Ohjaajalla kannattaakin olla myös useita varasuunnitelmia tehtynä erityisesti lasten kanssa toimiessaan. (Autio & Kaski 2005, 65–66.)

Perheliikunnassa haasteena ohjaajalla on eri-ikäiset osallistujat. Tämä tarkoittaa sitä, että osallistujien tieto- ja taitopohja sekä käsitevarasto ovat eritasoisia. Esimerkiksi

liikuntaan liittyvää käsitteistöä lapsilla ei ole, ja aikuisillakin se voi olla hyvin erilaista. Ohjaajan tulisikin pyrkiä käyttämään hyvin paljon erilaisia mielikuvia ja konkreettisia malleja, jotka antavat selkeitä ja ytimekkäistä ohjeita. Ohjaajan on otettava myös huomioon, että kaikki näkevät ja kuulevat kerrotut ohjeet. Ohjaajan on johdatettava ja innostettava lapsia tekemään malliliikkeitä tunnelman luomisen keinoin. Aikuisille tulee taas antaa tarkentavia lyhyitä ohjeita, vaikkapa miten lasta voi tukea toiminnassa. (Arvonen & Suomen Latu 2004, 79.)

Ohjaajan täytyy huomioida se, millä tyyllillä hän viestittää asiansa eri ikäisille osallistujille. Jos ohjaaja käyttää lellittelytyyliä lapsille puhuessaan, se saattaa ärsyttää monia paikalla olevia aikuisia. Aikuisille suunnattua puhetta lapset taas eivät aina välttämättä ymmärrä. Kaikista varminta onkin käyttää hyvin neutraalia tyyliä puhumisessa, varsinkin toiminnan alkuvaiheessa, ja tukeutua omalle persoonalle luontevaan tyyliin ja kielenkäyttöön. Ohjaajan kannattaa myös huomioida äänenkäyttö. Ohjaaja antaa palautetta ryhmälle äänellään ja voi myös luoda tunnelmaa äänenkäyttötasoa säätelemällä. Olisi suotavaa, ettei ohjaajan tarvitsisi huutaa ohjeita antaessaan. (Arvonen & Suomen Latu 2004, 80.)

Ohjaajan tehtävänä on luoda olosuhteet, järjestellä ympäristöä sekä vaikuttaa ryhmän ilmapiiriin ja yksilöihin oppimisen motivaatiota lisäävästi. Ohjaaja voi myös hyödyntää ohjattavien aikuisten kokemuksia; aikuiset voidaan johdattaa oppimaan uutta, niin että uusi opittava asia nivotaan aiemmin opittuun. Lapsille ohjaajan täytyy asettaa oppimishaasteita niin, että lapsi ja aikuinen voivat yhdessä valita sopivan tasoisen haasteen ja toimia edellytystensä mukaisesti. Lapset oppivat mukautumalla, matkimalla, havainnoimalla, kokeilemalla ja oivaltamalla. Vanhemmat voivat siis näyttää lapsilleen esimerkkiä, jota lapset perässä yrittävät tehdä. Aikuisten tai isompien lasten mallinanto ja esimerkki ovat todella tärkeitä lapsille. (Arvonen & Suomen Latu 2004, 81–82.)

### 3.3.4 Ohjaustyyli

Erilaiset ohjaustyyli ja ohjaajan ohjaustapa ovat lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta merkityksellisiä. Jokaisen ohjaajan olisi hyvä löytää itselle sopiva ohjaus- ja opetustyyli, mutta erilaisten ohjaustyylien käyttäminen monipuolistaa leikki- ja liikuntakertoja. On kuitenkin tärkeää, että kullakin kerralla valittu ohjaustyyli on ohjaajalle luonteenomainen tapa ohjata, avustaa, kannustaa ja kieltää lasta. Erilaisia ohjaustyyli-

jä voivat olla esimerkiksi komentotyyli, harjoitustyyli, yksilölliset tehtävät tai ohjattu oivaltaminen. Lisäksi ohjaustyyliä voidaan myös yhdistää useampia samalle liikunta- ja leikkikerralle. (Rinta ym. 2008, 31, 37.)

Komentotyyliä käytetään lähes kaikissa leikki- tai liikuntatuokioissa aika-ajoin ja sen tarkoituksena on saada ohjattavat tekemään annetut tehtävät täsmällisesti ja tehokkaasti. Harjoitustyyliä puolestaan annetaan lapselle mahdollisuus työskennellä itseksensä esimerkiksi käytettäessä erilaisia välineitä apuna. Harjoitustyyli mahdollistaa sen, että ohjaaja ehtii antaa henkilökohtaista palautetta ja neuvoja harjoituksen aikana. Yksilöllisissä tehtävissä jokainen voi valita oman taidon mukaan itselle sopivimman tasoisen vaihtoehdon tehtävästä. Siinä lasta kannustetaan itse miettimään, miten lapsi saisi tehtävän suoritettua. Ohjatussa oivaltamisessa puolestaan ohjaaja kertoo sanallisesti tehtävän ja lasten tulisi ratkaista vastaus. Ratkaisuja tehtävään tulee olla vain yksi tai muutama. Yhdisteltäessä erilaisia ohjaustyyliä, voi valita esimerkiksi kannustavan, esikuvallisen, toimintaa tukevan tai havainnollistavan tavan ohjata. Ohjaajan tulee aina huomioida ohjaustyylin tai ohjaustyylien valintaan vaikuttavat asiat eli ryhmä, ohjaaja itse sekä harjoiteltava taito. (Rinta ym. 2008, 31–37.)

### 3.4 Metsämörri-toiminta

Alun perin Metsämörri-koulu on syntynyt Ruotsissa. Gösta Frohm kehitti sen vuonna 1957 parantaakseen ruotsalaislasten ulkoilutottumuksia. Hän loi satuhahmon, jota kutsutaan Metsämörriksi (Skogsmulle). Suomeen Metsämörri-toiminta tuli Ruotsista 1980-luvun vaihteessa aluksi ruotsinkielisenä. Vuonna 1992 Suomen Latu ry teki yhteistyösopimuksen ruotsalaisen Metsämörri-toiminnan järjestäjän kanssa toiminnan kehittämistä suomeksi. (Suomen Latu ry 2003, 6.)

Metsämörri-toiminta on jaettu neljään eri ikäryhmään. 2–3-vuotiaiden ryhmä on Metsänuppuiset, 3–4-vuotiaiden Metsämyttyset, 4–7-vuotiaiden Metsämörrikoululaiset ja 7–12-vuotiaiden ryhmä Metsävaeltajat. Tapaamisia on kuudesta kymmeneen kertaan vuodessa ja kesto jokaisella kerralla on suosituksen mukaan yleensä puolestatoista tunnista kahteen tuntiin. Metsämörri-kouluja järjestetään lähinnä syksyisin ja keväisin, mutta myös talvitapaamisia voidaan järjestää, jotta luonto voitaisiin kokea läpi vuoden. (Suomen Latu ry 2003, 7.)

Metsämörri-hahmo asuu metsässä ja opettaa lapsia kohtelevaan varoen kaikkea elollista. Metsämörri voi esiintyä metsäretkillä Metsämörri-käsi- tai -sorminukkena, mutta myös Metsämörriksi pukeutunut ihminen voi tulla tervehtimään lapsia metsään.

Jokaisella tapaamiskerralla metsäretki tehdään samaan metsäretkipaikkaan. Lapset oppivat näin tunnistamaan reitin metsäretkipaikalle ja lasten on helpompi seurata luonnossa tapahtuneita muutoksia eri tapaamiskerroilla, kun tuttu ympäristö muuttuu. Yleensä ensimmäisellä metsäretkikerralla kerrotaan myös Metsämörri-satu, joka kertoo itse Metsämörrien synnystä. Jo sadussa opitaan paljon metsäneläimiä ja kasveja, ja sillä on hyvä herätellä lasten kiinnostusta ja mielikuvitusta. Metsäretkillä käytetään lähinnä yhteisiä Metsämörri-leikkejä ja tutkitaan luontoa. Lisäksi jokaisella retkellä syödään omat eväät ja myös vapaan leikin merkitys on suuri.

Metsämörri-koululla on seitsemän päätavoitetta. Niitä ovat ulkoilu ympäri vuoden säällä kuin säällä, viihtyminen luonnossa, luonnon tuntemuksen oppiminen, luonnon suojelu, luonnossa leikkiminen, luonnosta huolehtiminen ja elämän kokeminen luonnossa. Metsäympäristö on lapselle mielenkiintoinen leikki-, liikunta- ja oppimisympäristö, joka laittaa lapsen mielikuvituksen liikkeelle ja herättää kiinnostuksen luontoon. Lisäksi luonnon kunnioittamisen vertauskuvana oleva Metsämörri-hahmo tuo jännitystä metsäretkille. (Suomen Latu ry 2003, 8.)

### 3.4.1 Luonnon merkitys lapselle

Ympäri maailmaa on tehty useita erilaisia tutkimuksia luonnon merkityksestä ja vaikutuksista lapsiin. Useiden tutkimusten mukaan moderneissa perheissä vietetään yhä useammin aikaa sisätiloissa television ja tietokoneen ääressä sen sijaan, että lähdetäisiin ulkoilmaan, kuten metsään. Tutkimusten mukaan on vaikea sanoa, kuinka paljon luonnossa ja ylipäätään ulkoilmassa vietetty aika on vähentynyt verrattuna esimerkiksi viidenkymmenen vuoden taakse, sillä vertailulähtökohtaa ei ole viidenkymmenen vuoden takaa. (Louv 2010, 31-32.)

Tutkimusten perusteella voidaan todeta, että peruskouluikäisten lasten aktiivisuus liikkunnassa on suoraan verrannollinen siihen, kuinka paljon lapsi on ulkoilmassa. Mitä enemmän lapsi viettää vapaa-aikaansa sisällä, sitä vähemmän aktiivinen hänestä tulee myöhemminkään. Lisäksi sisätiloissa vapaa-aikansa lapsuudessa viettävällä vähän liikkuvalla on huomattu olevan suurempi riski mielenterveysongelmiin. Uusimmat

tutkimukset epäilevät myös, että luonnossa oleminen voi ehkäistä ADHD:n oireita, kehittää lapsen kognitiivisia taitoja ja tuoda vastustuskykyä negatiiviselle stressille ja masennukselle. (Louv 2010, 32–35.)

Koska lapset viettävät yhä enemmän aikaa sisätiloissa, on sillä vaikutuksia myös lasten tietämykseen ympäröivästä luonnosta verrattuna aiempiin sukupolviin. Brittiläisen tutkimuksen mukaan keskiverto 9-vuotias lapsi tunnistaa huomattavasti paremmin japanilaisia Pokémon-hahmoja, kuin luonnon eläin- tai kasvilajeja heidän omasta asuin- ympäristöstään. Vapaa-ajan muutos näkyy myös kaupunkikuvassa; tunnettu japanilainen valokuvaaja Keiki Haginoya kuvasi aiemmin lapsia kaupunkiympäristöissä leikkimässä, mutta joutui lopettamaan, koska lapset hävisivät äkisti lähes kokonaan kaupunkinäkömästä. (Louv 2010, 34.)

Myös hollantilaisen tutkimuksen mukaan lasten tietämys luonnosta on vähentynyt. Tutkija Jana Verboom-Vasiljev teki tutkimuksen 9–11-vuotiaiden lasten suhteesta luontoon. Hänen mukaansa kiinnostus luontoon istutetaan lasten mieleen perheissä. Tutkimuksessa oppilaista kolme neljäsosaa uskoi, että kotona on vain vähän kiinnostusta luontoon ja yksitoista prosenttia oppilaista sanoi, ettei kiinnostusta luontoon ole kotona ollenkaan. Yli puolet lapsista eivät koskaan käy luontoalueilla, puistoissa, eläintarhoissa tai kasvitieteellisissä puutarhoissa. Suurin osa oppilaista ei pystynyt nimeämään edes yhtä myrkyllistä kasvia ja vaarallisia eläimiäkin he tiesivät vain muutamia television ansiosta. (Louv 2010, 33–34.)

Lapselle tärkeintä on kiireetön aika yhdessä vanhempiensa kanssa. Luonto antaa hyvät mahdollisuudet yhdessäoloon perheen kanssa ilman kalliita harrastusmaksuja tai keinotekoisia virikkeitä. Lapset elävät koko ajan virikkeiden ja elämysten keskellä, joten vastapainoksi tarvitaan myös keskittymistä, hiljentymistä ja kuuntelemista. Näin lapset oppivat rauhoittumaan myös kiireen ja metelin keskellä. (Tuomaala & Myyryläinen 2002, 16.)

Vaihtelevassa maastossa liikkuminen auttaa lapsia kehittämään itseään monella tapaa. Metsäinen ympäristö ruokkii usein lapsen mielikuvitusta, kun esimerkiksi puunrunko voi muuttua leikeissä vaikkapa kapeaksi sillaksi ja kivenkolot satuolentojen kodeiksi. Lapsen motoriset taidot kehittyvät hänen kiipeillessään suurten kivien päälle, hyppiesä kiveltä toiselle ja tasapainoilla puiden rungoilla. Erilaisten luonnosta löytyvien asioiden, kuten marjojen ja käpyjen keräily kehittää myös käden ja silmän yhteistyötä

ja hienomotoriikkaa. Lisäksi lapsi oppii uutta tietoa luonnon rakennusmateriaaleista muun muassa majaa rakentaessaan. Rakentelu kehittää myös lapsen ongelmanratkaisukykyä. Lapsi oppii myös tunnistamaan erilaisia luonnosta kuuluvia ääniä ja luonnon tarkkailu opettaa myös syy-seuraussuhteita. Luonnossa liikkuesssa lasten havainnointikyky, mielikuvitus, luova ajattelu ja kyky iloita kehittyvät itsestään. (Nikkinen 2001, 42; Tuomaala & Myyryläinen 2002, 16–18.)

Lapset ovat luonnostaan uteliaita pieniä tutkijoita. Luonto tarjoaa omasta kotiympäristöstä eroavan ympäristön, joka saa lapsen tutkimaan, miettimään ja tekemään johtopäätöksiä sekä kyselemään mieleen tulevia kysymyksiä. Ulkona tapahtuu monenlaisia muutoksia vuodenaikojen ja säätilojen vaihdellessa ja näin ollen tutuillekin retkireiteille ilmaantuu uusia ihmeteltäviä asioita eri kerroilla. Vaikka lätäköissä hyppiminen tai ötököiden tutkiminen eivät aikuista kiinnostaisikaan, olisi tärkeää rohkaista lasta ruokkimaan uteliaisuuttaan ja kokeilunhaluaan. (Tuomaala & Myyryläinen 2002, 20–21.)

Tutkimusten mukaan lapset kokevatkin kolme erilaista huomiokyvyn kehitysvaihetta ympäristöä tutkiessaan. Ensimmäinen vaiheista on löytämisvaihe, jossa lapsi huutaa löytäneensä jotakin jännittävää, toinen vaihe on tutkimusvaihe, jossa lapsi havainnoi löytämäänsä kohdetta: ”se syö, se lentää...”, ja kolmas vaihe on pohtimisvaihe, jossa lapsi esittää kysymyksiä aikuiselta löytämästään kohteesta. Aikuisen tehtävänä on tukea jokaista vaihetta ja myötäelää keskeyttämättä sitä tietomäärällään ennen kolmatta vaihetta. (Nikkinen 2001, 36–37.)

Aikuisten arvomaailma heijastuu myös lapseen. Mikäli lapsi pääsee perheensä kanssa edes silloin tällöin luontoon retkeilemään ja aikuinen osoittaa arvostusta luontoa kohtaan, on myös lapsen helpompi arvostaa ja kunnioittaa luontoa. (Nikkinen 2001, 28.) Lapsuuden luontokokemukset ovatkin merkittävä tekijä ympäristövastuullisuuden kehittymiselle. Jotta ympäristövastuullisuus kehittyisi, tulisi lapsen pystyä aistihavaintojen ja kokemusten kautta luomaan tunnepitoisen suhteen ympäristöön sekä kaikkeen siellä elävään. Lapsi pystyy tunnesiteen avulla samaistumaan ja arvostamaan kaikkea luonnossa sekä heidän asennoitumisensa luontoa kohtaan selkiytyä. (Riihimäki & Hämäläinen 2001, 9–10.)

### 3.4.2 Metsämörri-leikkien merkitys lapsen kehitykselle

Metsämörri-retkillä rakennellaan esimerkiksi majoja tai erilaisia pesiä metsän eläimille ja leikitään erilaisia roolileikkejä. Metsämörri-retkille keskeistä on myös Metsämörri-satuhahmo, joka vilkastuttaa lasten mielikuvitusta erilaisissa leikeissä. Luonto on lapsille jännittävä ja kiehtova ympäristö, jossa lapset pääsevät kokeilemaan rooleja muun muassa eläinleikeissä. Metsämörri-retkillä lapsen sisäinen luonnontutkijarooli pääsee myös valloilleen lasten päästessä etsimään leikkien avulla luonnosta erilaisia asioita tai tutkiessa luoppien avulla eri luonnonmateriaalien rakennetta tarkemmin kuin silmällä tarkasteltaessa. Lapset opetetaan Metsämörri-retkillä myös suojelemaan luontoa esimerkiksi roskaamiselta ohjaajan toimiessa esikuvana. Lapset voivat Metsämörri-toiminnan kautta tutustua myös erämaaelämään. He voivat päästä kokemaan nuotion lämmön metsän keskellä tai seikkailemaan muuten vain jännittävissä paikoissa. (Nikkinen 2001, 42–46.)

Metsämörri-retkillä on usein ryhmäleikkejä, joista valtaosa on sääntöleikkejä. Ohjattujen leikkien kautta lapset oppivat toimimaan ryhmänä ja heidän sosiaaliset taitonsa kehittyvät sekä ryhmäleikkien että yleensäkin yhdessä tehtävien metsäretkien avulla. Lapset oppivat myös joko aikuisen ohjaamana tai omaa mielikuvitusta käyttäen löytämään luonnosta erilaisia luonnon omia leikkikaluja tai rakentamaan niitä luonnon materiaaleista luontoa kunnioittaen ja jokamiehenoikeudet huomioon ottaen. Siinä missä jo luonnossa liikkuminen auttaa motoristen taitojen kehittymistä, ohjatut leikit voivat vahvistaa taitoja entisestään, kun lapsille annetaan ohjatusti erilaisia haastavia tehtäviä luonnossa leikin muodossa. Metsämörri-leikeissä voidaan esimerkiksi ohjata lasta kokeilemaan epätasaisessa maastossa tasahyppyjä kannolta tai kiveltä toiselle tai vaikkapa kokeilemaan ryömimistä paksua puunrunkoa pitkin. (Nikkinen 2001, 47–50.)

### 3.4.3 Metsämörri-toiminta Kouvolan Ladussa

Yleensä yhden Metsämörri-koulun pituus on 1,5 tuntia. Kun aloitetaan Metsämörri-retkä, käydään aina ensimmäiseksi piiriin, jonka jälkeen otetaan luku. Näin ollaan selvillä koko ajan siitä, kuinka monta lasta on mukana metsässä. Piirin aikana lauletaan myös Metsämörri-laulu, joka kuuluu olennaisesti toiminnan aloitukseen. Aloituspiirin jälkeen Metsämörri-ryhmä lähtee ohjaajan opastamana kohti metsää. Ohjaaja on aina etukäteen käynyt etsimässä paikan, jonne ryhmän voi viedä. Paikan on oltava



rauhallinen, mutta ei kovin kaukana lähtöpisteestä. On myös hyvä, jos ohjaaja voi ottaa saman paikan jokaisella Metsämörri-retkellä. Tällöin lapset oppivat tuntemaan paikan hyvin ja kokevat sen näin turvalliseksi. Lapset pystyvät myös tiedostamaan joka kerta, mihin he ovat menossa.

Teeman mukaisesti Metsämörri-ohjaajat opettavat lapsille uutta tietoa luonnosta. Lapset saavat kuitenkin myös itsenäisesti tutkia jokaisella tunnilla rajatun alueen ympäristöä, ja kokeilla miltä erilaiset asiat luonnossa tuntuvat. Metsämörri-koulussa lapsen motoriikka kehittyy ja lapsi oppii nauttimaan luonnosta. Lapsille on kuitenkin alusta asti opetettava, ettei luonnossa saa repiä, rikkoa tai sotkea mitään. Jos lapsi tahtoo ottaa maasta sammalta käteensä ja koittaa, miltä se tuntuu, on sormal tämän jälkeen asetettava takaisin siihen, mistä se on otettukin. Lapsi oppii näin arvostamaan luontoa pienestä pitäen ja kohtelevaan sitä oikein.

Metsämörri-koulussa opitaan luonnosta uutta leikkien ja laulujen kautta. Jokaisella Metsämörri-kerralla on oma teemansa. Se voi olla esimerkiksi kyseinen vuodenaika, eläimet, puut tai vaikka metsän äänet. Kyseisen kerran aikana ohjaaja kertoo lapsille teemasta ja siihen liittyvistä asioista kenties kuvien avulla. Metsämörri-kouluun kuuluvat myös leikit. Leikit voivat liittyä teemaan tai muuten vain jotenkin luontoon. Ohjaajan on myös hyvä miettiä millaisia leikkejä ylipäättään metsässä kannattaa leikkiä. Tärkeänä osana Metsämörri-koulua on myös evästauko. Monille lapsille jo pelkästään syöminen metsässä on uusi ja jännittävä kokemus. Usein evästauon jälkeen otetaan vielä yksi leikki, jonka jälkeen palataan takaisin lähtöpisteeseen. Kun on päästy takaisin, otetaan vielä uudestaan luku ja piirissä loppuleikki. Tämän jälkeen Metsämörri-koulu on päättynyt. Metsämörri-koulujen toteutus voi vaihdella ohjaajasta riippuen, mutta pääpiirteittäin idea on lähestulkoon aina sama.

## 4 PERHEMÖRRI-TOIMINNAN PILOTOINTI

### 4.1 Perhemörri-toiminta

Perhemörri-toiminta eroaa Metsämörri-toiminnasta sillä, että metsään lähdetään tutkimaan, oppimaan ja leikkimään lasten ja aikuisten kanssa. Perhemörri-toimintaan voi osallistua 1–7-vuotiaat lapset keiden tahansa tuttujen aikuisten kanssa: esimerkiksi vanhempien, isovanhempien tai vaikkapa kummien kanssa. Perhemörri-toimintaan voi

myös tulla mukaan koko perhe. Tärkeintä on kokea yhdessä uusia ja mielenkiintoisia asioita luonnossa ja saada tärkeää yhteistä aikaa arjen keskellä.

Perhemörri-toimintaa suunnitellessamme päädyimme yhteistuumiin siihen, että kokomme Kouvolan Ladulle kansion, josta löytyy jokaiselle kuukaudelle oma Perhemörri -ohjelmansa. Kansiossa ovat leikit ja teemat jokaiselle Perhemörri -kerralle. Perhemörri-toimintaa ohjaavan henkilön ei näin ollen tarvitse itse suunnitella ohjelmaa jokaiselle kerralle, vaan hän voi katsoa kansiosta suoraan mitä toimintaa on luvassa. Kouvolan Ladun ohjaajilla on myös tietenkin mahdollisuus soveltaa ja muokata teemmämme suunnitelmaa jatkossa, mutta kansiomme antaa heille mahdollisuuden siihen, ettei heidän tarvitse käyttää aikaansa jokaisen Perhemörri -kerran suunnitteluun.

Perhemörri-toimintaa suunnitellessa on otettava erityisesti huomioon se, että toiminnassa saattaa olla mukana hyvin eri ikäisiä lapsia. Jokin leikki esimerkiksi voi sopia hyvin esikouluikäisille lapsille, mutta jos toiminnassa on mukana hieman pienempiä lapsia, saattavat pienemmät lapset jäädä ulkopuolisiksi leikin kulussa. Leikkien on siis oltava mahdollisimman helppoja oppia sekä tarpeeksi yksinkertaisia. Tärkeää on myös leikkien mielekkyys. Joissakin leikeissä on myös mahdollista, että pienimmät lapset toimivat aikuisten kanssa esimerkiksi leikissä, jossa juostaan, pienimmät lapset voivat olla joko aikuisen sylissä tai pitää aikuisen kädestä kiinni.

Perhemörri-toiminnassa täytyy varautua myös siihen, että aikuiset saattavat olla vastahakoisempia leikkeihin lähtijöitä. Perhemörri-toiminnassa pitääkin huomioda se, että leikkien on oltava sellaisia, että aikuisten osallistuminen niihin olisi jopa välttämätöntä. Aikuiset saattavat helposti jättää leikkimisen lasten vastuulle, ja ryhmittäytyä itse jakamaan kuulumisiaan leikin ulkopuolelle keskenään. Tällainen toiminta ei kuitenkaan edistä Perhemörri-toiminnassa keskeistä perheiden yhdessä oloa.

## 4.2 Ohjaajan tehtävät

Perhemörri-toiminnassa ohjaajalla on suuri rooli. Hänen on saatava lapset sekä aikuiset mukaan toimintaan positiivisella asenteella. Ohjaajan täytyy osata huomioda eri ikäiset osallistujat ja kommunikoida eri ikäisten kanssa sopivalla tyyllillä. Vastuu lapsista Perhemörri-toiminnassa on aikuisilla, jotka lapsen kanssa toimintaan osallistuvat. Tämä tarkoittaa käytännössä myös sitä, että ohjaaja voi keskittyä toiminnan aikana vain ryhmän ohjaamiseen, eikä niinkään yksilöiden valvomiseen. Tarvittaessa

ohjaaja voi olla kuitenkin avuksi perheille, mikäli esimerkiksi evästauon aikana vanhempi tarvitsee apua pienempien lasten syöttämisessä tai lasten vahtimisessa. Ohjaajan tehtäviin kuuluu myös kertoa osallistujille siitä, mitä Perhemörri-toiminnassa saa tehdä, ja mitä ei. Ohjaaja voi myös osoittaa metsässä rajat, joita kauemmas ei toiminnan aikana saa lähteä. Näin ohjaaja omalla osallaan pystyy vaikuttamaan siihen, että kaikki osallistujat ovat paikalla koko ajan.

Ohjaajalla on oltava tarpeeksi rohkeutta ja itseluottamusta ohjaamaan lasten lisäksi myös aikuisia. Aikuisten ohjaaminen voi tuntua vaikealta, sillä he eivät välttämättä lähde toimintaan aina yhtä innostuneesti kuin lapset. Ohjaajan positiivinen ja kannustava asenne ovat kuitenkin tärkeitä tekijöitä ohjattavassa toiminnassa.

### 4.3 Kevään 2012 Perhemörri-kerta

#### 4.3.1 Tavoitteet, sisällöt ja menetelmät

Kouvolan Ladun yhteyshenkilömme Merja Simpanen ehdotti meille, että voisimme halutessamme pitää keväällä 2012 yhden Perhemörri-harjoituskerran, johon Simpanen voisi pyytää muutamaa perhettä osallistumaan. Mielestämme ajatus oli hyvä, joten lähdimme suunnittelemaan harjoituskertaa, jonka ohjaisimme jo toukokuussa. Ajattelimme myös, että voisimme harjoituskerran päätteeksi pyytää vanhemmilta ja lapsilta palautetta ja ideoita, jotta pystyisimme suunnittelemaan lopullisen Perhemörri-toiminnan mahdollisimman hyväksi niin vanhempien kuin lastenkin kannalta.

Perhemörri-harjoituskerralle suunnittelimme toiminnan sellaiseksi, että ei olisi väliä, kuinka monta perhettä siihen osallistuisi. Merja Simpanen antamien alustavien tietojen mukaan harjoituskertaan oli osallistumassa kolme perhettä, joista tulisi yhteensä 8-9 lasta ja 6 aikuista. Simpanen myös ilmoitti, että harjoituskertaan osallistuvien lasten iät olisivat 1–7 vuotta. Tärkeänä asiana harjoituskertaa suunnitellessamme pidimme siitä, että vanhemmat osallistuisivat yhtä lailla toimintaan kuin lapsetkin. Näin ollen leikkien tulisi olla sellaisia, että ne saisivat aikuisetkin innostumaan ja lähtemään mukaan lasten iloon. Koska Perhemörri-toiminnan kaava on hyvin samanlainen kuin Metsämörri-koulussa, niin halusimme pitää Metsämörri-koulusta tuttuja elementtejä mukana myös Perhemörri-toiminnassa. Seuraavissa kappaleissa kerrotaan kevään Perhemörri-kerran sisällöstä ja menetelmistä.

## Aloituspäiri

Suunnittelimme, että aloittaisimme harjoituskerran yhteisellä tutustumisleikillä piirissä. Koska emme tuntisi perheitä entuudestaan, olisi tärkeää tutustua toisiinsa kertomalla oma nimensä. Tutustumisleikissä jokainen osallistuja vuorollaan kertoisi oman nimensä ja tekisi samanaikaisesti jonkin liikkeen. Tämän jälkeen muut piirissä tekisivät samanlaisen liikkeen toistamalla henkilön nimen. Valitsimme tämän tutustumisleikin, sillä se olisi tarpeeksi yksinkertainen, mutta myös hauska. Erilaisten liikkeiden keksiminen voi erityisesti lapsille olla mielekästä, mutta toisten nimet saattaisivat jäädä mieleen myös paremmin liikkeen tekemisen yhteydessä. Tutustumisleikin jälkeen ottaisimme Metsämörri-koulusta tutun taikaluvun. Jokainen piirissä sanoo numeron omalla vuorollaan, jonka jälkeen todetaan mikä on taikaluku, eli se määrä, kuinka monta henkilöä on paikalla. Taikaluku täytyy muistaa myös metsästä pois tullessa, jolloin myös nähdään, että kaikki ovat varmasti paikalla. Taikaluvun jälkeen laulaissimme Metsämörri-laulun, joka lauletaan myös aina Metsämörri-koulussa. Tämän jälkeen olisikin aika lähteä metsään.

## Käpyjahti

Mietimme pitkään leikkejä, joita harjoituskerralla ohjaisimme. Selailtuamme monenlaisia eri kirjoja ja Internet-lähteitä, löysimme leikin nimeltä Käpyjahti. Käpyjahdissa tarkoitus olisi olla joukkueissa, jotka muodostettaisiin leikin alussa. Jokaisella joukkueella olisi sama määrä käpyjä, ja kun ohjaaja antaisi merkin, niin käpyjahti alkaisi. Joukkueiden täytyisi varastaa muilta joukkueilta käpyjä niin nopeasti kuin mahdollista, ja haalia itselleen suurin käpykasa. Kun ohjaaja huutaisi pelin seis, niin tarkistettaisiin kenellä joukkueista on suurin käpysaalis. Mielestämme Käpyjahti -leikki olisi hyvä Perhemörri-kerralle, sillä siinä voisi tehdä joukkueet perheittäin. Keksimme myös, että voisimme vaikeuttaa leikkiä niin, että aikuiset saisivat ottaa kerralla vain yhden kävyn, kun taas lapset saisivat ottaa kaksi käpyä. Leikki sopisi kaiken ikäisille ja se purkaisi energiaa hyvin. Käpyjahti olisi myös sopiva ensimmäiseksi leikiksi Perhemörri-kerralla.

## Tuoksucocktail

Käpyjahti-leikki olisi hyvin energinen leikki, jonka vuoksi sen jälkeen olisi hyvä hie-  
man rauhoittua ja pysähtyä. Syksyllä 2011 käytyämme Metsämörriohjaaja-

koulutuksen, opimme koulutuksessa leikin nimeltä Tuoksucocktail. Tuoksucocktail -leikissä meidän pitäisi etukäteen kerätä luonnosta joitakin tuoksuvia kappaleita, jotka laittaisimme purkkeihin. Purkkien pitäisi olla sellaisia, että niistä ei näy läpi, eikä pysty arvaamaan mitä sisällä on, muun kuin tuoksun perusteella. Päädyimme siihen, että keräämme keväisestä luonnosta viiteen eri purkkiin ruohoa, vaahteranlehden, voikukkia, havunneulasia ja multaa. Myös tässä leikissä perheet voivat olla joukkueittain, ja arvata perheen kesken mitä purkeissa mahtaa olla. Perheille tulisikin jakaa kynät ja paperia, jotta he voisivat kirjoittaa arvauksensa ylös. Kun kaikki ovat saaneet haistaa purkkeihin, paljastetaan mitä missäkin purkissa oli. Tämän leikin valitsimme, koska se sopii hyvin keväiseen Perhemörri-kertaan. Tuoksucocktail-leikissä hajuaistit laitetaan koetukselle ja pieni tietovisamainen tunnelma sopii hyvin rauhoittumiseen. Erilaisten luonnonkappaleiden tunnistaminen on myös hyvin tärkeää, ja tässä leikissä niitäkin käydään läpi.

#### Evästauko ja vapaa leikki

Kahden leikin jälkeen on aika siirtyä evästauolle. Ennen kuin eväät otetaan esiin, lausutaan yhdessä ruokaloru, joka on myös tuttu Metsämörri-koulusta. Tämän jälkeen lapset ja aikuiset saavat evästä haluamassaan paikassa. Evästauon jälkeen lapsilla on hetki aikaa vapaaseen leikkiin. Vapaassa leikissä on kuitenkin muistettava rajat; aikuisen tulee nähdä koko ajan missä lapsi on.

#### Kalat verkossa

Mikäli evästauon jälkeen on vielä aikaa, suunnittelimme ohjaavamme vielä leikin nimeltä Kalat verkossa. Leikissä puolet leikkijöistä muodostavat piirin. Muut leikkijät menevät piirin keskelle. Piirin muodostavat leikkijät pitävät toisiaan kädestä kiinni ja ovat niin sanotusti verkko. Piirin sisällä olevat leikkijät taas ovat kaloja, jotka yrittävät päästä verkosta pois. Leikissä verkon tulee yrittää estää kalojen pääsy verkosta ulos, kun taas kalojen täytyy yrittää sujahtaa jostakin välistä ulos. Suunnittelimme, että mikäli ehdimme tätä vielä leikkimään, niin aikuiset muodostavat verkon, josta lapset yrittävät päästä pois. Tämä leikki ei ole kovinkaan pitkäkestoinen, minkä vuoksi se sopii lyhyeksi leikiksi ennen kuin lähdemme metsästä pois. Leikki on myös hauska, ja uskoimmekin, että siitä pitäisivät niin lapset kuin aikuisetkin.

## Lopetuspiiri

Metsästä poistuttuamme käymme vielä kerran piiriin samaan paikkaan, jossa muodostimme aloituspiirin. Taikaluku kiertää taas piirissä, ja näin toteamme kaikkien olevan taas piirissä. Taikaluvun jälkeen on vuorossa jokin lyhyt loppuleikki, mutta sen suunnittelu meillä ei sujunut ihan helposti. Loppuleikin tulisi olla yksinkertainen, ja sellainen, että jopa pienimmätkin osallistujat voisivat siihen parhaansa mukaan osallistua. Aluksi mietimme taputusviestiä, jossa jokainen vuorotellen taputtaisi kädet yhteen. Tarkoituksena olisi saada taputus kulkemaan mahdollisimman nopeasti piirin ympäri. Totesimme kuitenkin, että taputusviesti olisi ehkä liian vaisu lopetusleikiksi. Päädyimme ottamaan Ilmapalloleikin, jossa käydään piiriin käsistä kiinni pitäen. Ensin kaikki piirissä olevat menevät aivan lähekkäin toisiaan, jonka jälkeen piiri lähtee leviämään ja kasvamaan kuin ilmapallo. Jos pallo "räjähtää", eli katkeaa jostakin kohdasta, niin leikki loppuu. Mikäli pallo pysyy kasassa, eivätkä ketkään irrottaneet käsiään toisistaan, niin pallo tehdään uudestaan. Ilmapalloleikki on tuttu myös Metsämörri-koulusta, joten monille lapsille leikki olisi varmasti jo entuudestaan tuttu. Tämä voi olla hyvä asia, mutta pohdimme myös sitä, olisiko hyvä suunnitella Perhemörri-toiminnalle oma lopetusleikki, mikä erottaisi sen Metsämörri-koulusta. Lopullista lopetusleikkiä päätimme yrittää suunnitella ja miettiä vielä ennen syksyn Perhemörri-kertaa.

### 4.3.2 Toteutus ja arviointi

Ensimmäiselle Perhemörri-kerralle oli ilmoittautunut neljä perhettä. Paikanpäälle tuli kuitenkin vain kolme perhettä, joista yksi oli Kouvolan Ladun yhteyshenkilömme ja hänen lapsensa. Paikalla oli siis yhdestä perheestä aikuinen kahden lapsensa kanssa ja kahdesta perheestä aikuinen yhden lapsensa kanssa. Ensimmäisen kerran alussa otimme tutustumisleikin, koska emme tunteneet perheitä entuudestaan. Tutustumisleikiksi valitsimme ”nimi + liike”-leikin, jossa jokainen vuorollaan kertoo oman nimensä tehdessä samalla haluamansa liikkeen. Tämän jälkeen muut toistivat nimen ja liikkeen. Kuten myös Metsämörri-kouluissa, niin myös Perhemörri-toiminnassa Metsämörri-hahmo annettiin alkupiirissä yhdelle lapsista. Lapsen tehtävänä on pitää huolta hahmosta ja asettaa hahmo metsäpaikalla tiettyyn kohtaan seuraamaan Perhemörri-kerran kulkua. Otimme aloituspiirin alussa myös Metsämörri-kouluille tutun Metsämörri-laulun sekä ”Taikaluvun”. Taikaluvussa otetaan piirissä luku metsään lähtijöistä Met-

sämörri-hahmo mukaan lukien. Ennen metsään lähtöä pyysimme vielä, että kaikki tarkkailisivat matkan varrella, mitä kevään merkkejä metsästä löytyy.

Päästyämme tutulle Mörrimetsä-paikalle, merkitsimme repuille oman ”Mörripuun”. Kävimme myös heti saavuttuamme läpi, mitä erilaisia kevään merkkejä matkan varrella oli havaittu. Tämän jälkeen aloitimme ensimmäisellä varsinaisella leikillä nimeltä ”Käpyjahti”. Tässä leikissä jokainen perhe oli oma joukkueensa ja tavoitteena oli ryöstää toisten pesäpaikoista mahdollisimman paljon käpyjä omaan pesään ennen kuin aika loppuu. Koska joukkueet olivat epätasaiset, tasoitimme tilannetta sillä, kuinka monta käpyä kukakin saa kerralla kuljettaa. Perheissä, joissa oli vain yksi lapsi, lapsi saisi hakea kaksi käpyä kerralla, kun taas perheissä, joissa oli kaksi lasta, lapset saivat tuoda vain yhden kävyn kerrallaan. Aikuiset kaikissa perheissä saivat tuoda vain yhden kävyn kerrallaan. Otimme tämän leikin vielä toisen kerran niin, että lapset kilpailivat omana joukkueenaan aikuisten joukkuetta vastaan. Leikki onnistui hyvin, ja toimi hyvänä energianpurkuleikkinä. Sekä lapsista että aikuisista näki, että he nauttivat leikistä. Leikki oli myös tarpeeksi yksinkertainen, sillä ohjeet ymmärrettiin heti leikin alussa.

Energianpurkuleikin jälkeen otimme Tuoksucocktail nimisen aistileikin. Leikissä perheet olivat taas omissa joukkueissaan ja heidän piti perheen kesken tuoksutella jokaisesta annettua pientä purkkia kurkistamatta sinne ja päätellä mitä luonnosta poimittua purkki voisi sisältää. Purkkeja oli viisi ja arvaukset sai kirjoittaa paperille. Kun kaikki purkit olivat kiertäneet ja vastaukset oli kirjoitettu, kävimme yhdessä läpi oikeat vastaukset. Tuoksucocktail -leikki oli hyvin rauhallinen ja oli mukavaa huomata, kuinka perheet todella keskittyivät tuoksujen arvailuun. Oikeiden vastausten läpi käymisessä tuli esiin paljon erilaisia arvauksia. Leikki toimi loistavasti tunnelman rauhoittajana edellisen leikin jäljiltä.

Seuraavaksi oli eväiden aika, joten otimme Metsämörri-koulujen tutun ruokaloron. Ruokaloron jälkeen kaikki söivät omia eväitään valitsemassaan paikassa ja syötyään lapsilla oli vielä hetki aikaa vapaaseen leikkiin. Koska meillä jäi vielä hieman aikaa jäljelle, otimme vielä ennen lähtöä Kalat verkossa -leikin, jossa lasten pieninä kaloina piti päästä pajahtamaan aikuisten piirinä muodostamasta kalaverkosta ulos aikuisten pyrkiessä estämään tämän. Leikki oli erityisesti lasten mieleen, mutta myös aikuisista näki, että heillä oli hauskaa. Leikin jälkeen jokainen huolehti oman reppunsa mukaan

ja kävelimme takaisin lähtöpaikalle. Lähtöpaikalla kävimme läpi vielä Taikaluvun ja otimme Ilmapallo -leikin lähtöleikiksi. Leikissä kävimme piiriin ja piiri meni niin pie-  
neen suppuun kuin mahdollista, jonka jälkeen se ”puhallettiin” täyteen ilmaa hajaan-  
tumalla mahdollisimman isoksi piiriksi niin, että ilmapallo lopulta meni rikki käsien  
irrotessa. Lopuksi pyysimme vielä suullista palautetta osallistuneilta aikuisilta ja lap-  
silta jatkoa kehittääksemme.

Ensimmäisestä kerrasta saimme paljon positiivista palautetta, mutta melko vähän ke-  
hittämisideoita tai kritiikkiä. Osallistuneet kokivat, että Perhemörri-toiminnan ensim-  
mäinen kerta toimi hyvin, lapset kuuntelivat ja lapsilla oli hauskaa ja turvallista. Leik-  
kejä pidettiin myös sopivina koko perheille ja kaikilla tuntui olevan hauskaa. Osallis-  
tijat totesivat myös, että Perhemörri-toimintaa olisi helppo vetää yksinkin, sillä van-  
hemmat ovat mukana ohjaamassa omia lapsiaan. Myös suunnitelmaa siitä, että Per-  
hemörri-toiminta toteutuisi kerran kuussa läpi vuoden, pidettiin sopivana aikavälinä.  
Alussa kun lähdimme menemään Metsämörri-paikalle, vauhti oli vähän turhan nopea  
lapsille, mutta sekin huomioitiin nopeasti. Seuraavan kerran ohjeeseen toivottiin myös  
kehittämistä sen verran, että pyydetäisiin kaikkia, sekä lapsia että aikuisia, ottamaan  
omat reput, jotta lasten reput eivät päätyisi kävelymatkoilla aikuisille.

#### 4.4 Syksyn 2012 Perhemörri-kerta

##### 4.4.1 Tavoitteet, sisällöt ja menetelmät

Järjestimme myös syyskuussa 2012 harjoituskerran Perhemörri-toiminnasta. Syys-  
kuun harjoituskerran suunnittelun aloitimme elokuun alkupuolella. Koska olimme  
tehneet jo Perhemörri-toiminnan vuosisuunnitelman kansiota, päätimme, että oh-  
jaamme syyskuun ohjelman suunnittelemamme kansion pohjalta. Syyskuisesta Per-  
hemörri-kerrasta Merja Simpanen informoi perheitä tekstiviestein ja mainostamalla  
Kouvolan Ladun internetsivuilla. Lisäksi hän mainosti sitä Kouvolan Ladun oman jä-  
senyhdistyksen lehdessä Laturissa. Seuraavissa kappaleissa on kuvattu syksyn Perhe-  
mörri-kerran sisällöt ja menetelmät.

##### Aloituspieri

Suunnittelimme, että aloitamme aloituspiirin samalla tavalla kuin keväällä pitämäl-  
lämme Perhemörri-kerralla. Ensimmäiseksi ohjaamme tutustumisleikin jonka jälkeen



katsotaan kuinka monta henkilöä on paikalla, eli otetaan Taikaluku. Ennen metsään lähtöä perheitä kehoitetaan tarkkailemaan mitä syksyn merkkejä on havaittavissa. Kun metsään on saavuttu perille, puhutaan siitä, mistä tunnistaa että syksy on saapunut.

### Tuo minulle -leikki

Tuo minulle -leikissä tarkoituksena on etsiä mahdollisimman nopeasti ohjaajan pyytämä asia tai esine. Jos ohjaaja esimerkiksi pyytää tuomaan kävyn, on kaikkien osallistujien lähdettävä etsimään käpy lähimaastosta, ja toimitettava se ohjaajalle. Päädyimme siihen, että perheet voisivat tässä leikissä kilpailla hieman keskenään omina joukkueinaan. Lisäksi päätimme, että perheet valitsisivat järjestyksen, jossa he lähtevät etsimään pyydettyjä asioita. Tämä tarkoittaisi siis sitä, että yksi henkilö perheestä on etsintävuorossa kerrallaan. Mikäli perheessä on hyvin pieniä lapsia tai muuten vain lapsia, jotka tarvitsevat leikissä tukea, voisi vanhempi auttaa etsimisessä. Tämän leikin valitsimme sen takia, koska leikki on parhaimmillaan hyvin energinen ja perheet joukkueina lisäävät perheen yhteishenkeä. Lisäksi tämän leikin kautta lapset pääsevät tunnistamaan ja etsimään erilaisia luonnon materiaaleja.

### Taideteokset

Energisen leikin jälkeen on hyvä rauhoittua rauhallisemman toiminnan myötä. Valitsimme syyskuisen Perhemörri-kerran rauhalliseksi toiminnaksi taideteosten tekemisen. Tässäkin toiminnassa perheet saisivat olla omissa joukkueissaan. Toiminnan ideana on se, että perheet valmistavat luonnon eri kappaleista taideteoksia maahan. Taideteokset voidaan myös kehystää lopuksi oksilla. Taideteosten tekemiseen perheet saisivat vapaat kädet, sillä lopuksi kun kaikki ovat valmiina, esitetään oman perheen teos muille. Taideteosten tekeminen on rauhallinen toiminta jossa perheiden luovuus pääsee valloilleen. Tällainen toiminta kehittää lapsen luovuutta ja keskittymiskykyä. Lisäksi yhdessä tekeminen korostuu tässä toiminnassa.

### Evästäuko ja vapaa leikki

Rauhallisen toiminnan jälkeen on aika asettua evästäuolle. Evästäukoa edeltää ruokailu. Perheet saavat asettua ruokailemaan haluamaansa paikkaan, ja sitä mukaan kun ruokailut ovat ohi, lapset saavat siirtyä hetkeksi vapaaseen leikkiin rajatulle alueelle.

## Tarttuvat takiaiset

Viimeiseksi leikiksi valitsimme leikin nimeltä Tarttuvat takiaiset. Leikissä kaikki pomppivat rajatulla alueella sinne tänne. Kun kaksi leikkijää osuvat tai hipaisevat toisiansa, he tarttuvat toisiinsa kiinni kuin takiaiset. Tämän jälkeen he jatkavat pomppimista, mutta joko vierekkäin tai käsikynkässä. Leikkiä jatketaan niin kauan, kunnes kaikki leikkijät ovat tarttuneet yhteen suureksi takiaispalloksi. Leikin valitsimme viimeiseksi leikiksi metsässä, sillä se on tarpeeksi lyhyt mutta energinen. Leikki on myös hauska ja helppo oppia.

## Lopetuspiiri

Kun metsästä saavutaan takaisin aloituspaikalle, on aika ottaa loppupiiri. Loppupiirissä tarkistetaan, että Taikaluku on edelleen sama kuin metsään lähtiessä. Päädyimme loppuleikin suunnittelussa siihen, että ilmapallo -leikki on sopiva myös Perhemörri-toimintaan, kuten myös Metsämörri-kouluihin. Olemme kuitenkin tulleet siihen tulokseen, että lopullisen Perhemörri-toiminnan lopetusleikki voi olla sellainen, kuin itse kulloinenkin ohjaaja haluaa. Mikäli Perhemörri-toiminnan ohjaaja haluaa tulevaisuudessa jatkaa loppuleikkinä Ilmapallo-leikkiä, on se mielestämme hyvä vaihtoehto. Olemme Perhemörri-kansioon koonnet muutamia vaihtoehtoja siitä, millaisia muita loppuleikkejä mahdollisesti Perhemörri-toiminnassa voisi käyttää.

### 4.4.2 Toteutus ja arviointi

Kuten kevään Perhemörri-toimintaan, myös syksyille oli ilmoittautunut alun perin neljä perhettä. Kuitenkin osa perheistä joutui perumaan osallistumisensa ja lopulta paikalle saapui kaksi perhettä, joista toinen oli Kouvolan Ladun yhteyshenkilömme lapsensa kanssa. Toisesta perheestä osallistui molemmat vanhemmat sekä heidän kaksi lastansa. Koska tapasimme toisen perheistä ensimmäistä kertaa, päätimme aloittaa tutustumisleikillä. Käytimme samaa hyväksi todettua nimi + liike –tutustumisleikkiä kuin kevään harjoituskerralla. Tämän jälkeen lauloimme vielä Metsämörri-laulun ja laskimme yhdessä ”Taikaluvun” eli metsään lähtijöiden määrän. Vielä ennen Metsämörri-paikalle siirtymistä kehoitimme kaikkia tarkkailemaan, mitä syksyn merkkejä luonnossa näkyy tai mitä luonnosta on kadonnut syksyn tultua.

Saavuttuamme Metsämörri-paikalle, merkitsimme Mörripuun, jonka juurelle kaikkien reput laitettiin. Keskustelimme ja mietimme yhdessä, minkälaisia syksyn merkkejä metsässä oli näkynyt tai mitä sieltä puuttui. Tämän jälkeen aloitimme ensimmäisen metsäleikin nimeltä Tuo minulle. Perheet olivat omana joukkueenaan ja kummastakin perheestä vuorotellen kukin jäsen toi aina pyydetyn asian mahdollisimman nopeasti meille. Pyysimme tuomaan luonnosta erilaisia asioita havunneulasista keppeihin ja käpyihin. Leikimme leikkiä niin, että jokainen pääsi muutaman kerran hakemaan jotakin luonnosta. Leikki olisi varmasti toiminut hieman paremmin isommassa porukassa, sillä kahden perheen kanssa leikin anti jäi hieman vaisummaksi. Leikki kesti vähemmän aikaa kuin alunperin suunnittelimme, mutta asiaan vaikutti osittain porukan pienuus.

Seuraavaksi pyysimme perheitä tekemään luonnon materiaaleista jonkin taideteoksen. Perheet saivat itse päättää aiheen taideteokseensa ja koko perhe sai osallistua taideteoksen rakentamiseen. Myös me teimme oman taideteoksemme. Taideteokset kehystettiin kepeillä. Kun kaikkien taideteokset olivat valmiita, kaikki kiersivät yhdessä katsomassa, millaisia taideteoksia muut olivat tehneet. Taideteosten tekijät kertoivat muille mitä kaikkea kuvasta löytyi. Taideteokset jätettiin luontoon, jotta metsäneläimetkin voisivat käydä niitä ihailemassa lähdettyämme. Taideteosten tekeminen vaikutti olevan mukavaa toimintaa niin lapsille kuin aikuisillekin. Taideteosten tekemiseen käytettiin aikaa enemmän kuin suunnittelimme, mutta emme antaneet asian haitata. Taideteoksista tuli hienoja ja lasten ilmeistä ja eleistä huomasi, kuinka ylpeitä he teoksistaan olivat. Lapsille oli myös selkeästi tärkeää, että he saivat kertoa taideteostensa tarinan.

Taideteosten tekemisen jälkeen oli evästauon aika ja lausuimme tutun ruokaloron ennen eväiden esiin ottamista. Evästauon jälkeen oli vielä vähän aikaa vapaaseen leikkiin ja toimintaan. Lopuksi ennen lähtöä leikimme vielä yhden leikin, nimeltä Tarttuivat takiaiset. Leikissä tarkoituksena oli pomppia sovitulla alueella joko toisia kiinni ottaen tai karkuun paeten. Jos leikkijä osui toiseen leikkijään, tarttuivat he toisiinsa kiinni ja pomppimista piti jatkaa yhdessä. Lopulta kaikki leikkijät olivat yhtä suurta takiaispalloa. Leikki oli hyvin lyhytkestoinen, mutta toimi hyvin viimeisenä leikkinä. Leikin päätyttyä jokainen haki reppunsa ja kävelimme takaisin lähtöpaikalle. Lähtöpaikalla laskimme vielä Taikaluvun ja loppuleikkinä leikimme ilmapallo-leikin. Lopuksi pyysimme vielä palautetta Perhemörri-toiminnasta.

Lapset kertoivat leikkien olleen hauskoja ja eväshetken olleen tällä kertaa retken tylsin osuus. Aikuisten palautteessa todettiin jälleen, että Perhemörri-kerran pystyy hyvin ohjaamaan yksikin ohjaaja. Palautteessa puhuttiin myös siitä, että jatkossa kannustettaisiin mukaan osallistumaan sellaisiakin perheitä, joista vain toinen vanhempi pystyy osallistumaan. Vanhempi ei välttämättä lähde toimintaan mukaan useamman lapsensa kanssa, mikäli apuja ei ole tarjolla. Perhemörri-toiminnan ohjaaja voisikin tarvittaessa auttaa myös vanhempia, jotka tarvitsevat apua esimerkiksi lasten eväiden syönnin aikana tai lasten viemisessä puskapissalle. Perheet pitivät siitä, että Perhemörri-toiminta tarjoaisi yhteistä tekemistä perheelle.

## 5 PERHEMÖRRI-KANSIO

Perhemörri-kansioon olemme koonneet Perhemörri-toiminnan koko vuoden suunnitelman. Kansiota löytyy jokaiselle kuukaudelle oma suunnitelmansa siitä, millainen kyseisen kuukauden Perhemörri-ohjelma on. Kansiota kootessamme huomasimme, että haastavinta olisi löytää 12 kuukaudelle tarpeeksi leikkejä, joissa kaiken ikäiset lapset pystyvät leikkimään. Huomasimme myös, että talvileikkien löytäminen Perhemörri-toimintaa varten oli haastavampaa, sillä vuodesta riippuen talvi voi olla hyvin luminen tai vastaavasti lähes lumeton.

Kansiossa on myös varaleikkejä ja erilaisia leikkejä aloitus- tai lopetuspiiriin. Lisäksi kansion alussa on Perhemörri-toiminnan perusrunko. Kouvolan Ladulle tekemämme kansio on teksteiltään värikäs ja sisältää paljon aiheisiin liittyvää kuvitusta. Pyrimmekin tekemään kansiota mahdollisimman helppolukuisen ja mielekkään lukea. Opinnäytetyön liitteistä löytyy kansion sisältö pelkistettynä. Olemme muuttaneet ja pienentäneet fonttia sekä poistaneet kuvat opinnäytetyön liiteversiosta.

Perhemörri-toiminnan leikit ja teemat vaihtelevat kuukausittain. Teemat ja leikit on valittu vuodenaikojen mukaan. Teemat vaihtelevat talven lumi-teemoista kesän kasvi- ja marjateemoihin. Jokaisen kuukauden teema johdattelee toiminnan sisältöä ja leikit on valittu mahdollisuuksien mukaan teemaan kuuluviksi. Vaikka teemat vaihtelevat, runko pysyy läpi vuoden samana. Ensimmäiseksi on aloituspiiri ja siirtyminen metsään. Tämän jälkeen on energinen leikki, jota seuraa rauhallinen leikki. Rauhallisen leikin jälkeen on evästauko ja mahdollisuus vapaaseen leikkiin. Lopuksi metsässä leikitään vielä lyhyt energinen leikki, jonka jälkeen palataan aloituspaikalle. Aloituspai- kalla otetaan loppupiiri, jonka jälkeen kyseinen Perhemörri-kerta on ohi.

## 6 POHDINTA

Aloitimme opinnäytetyön jo vuonna 2010, jolloin aiheemme vahvistettiin. Opinnäytetyöprosessi on sujunut rauhallisella tahdilla, sillä opinnäytetyömme tilaaja ehdotti toiminnan toteuttamisajankohdaksi syksyä 2012. Tilaajamme toivoi meidän käyvän Perhis-ohjaajakurssin ja Metsämörri-ohjaajakoulutuksen ennen Perhemörri-toiminnan suunnittelua. Lisäksi Kouvolan Latu toivoi meidän toimivan ensin Metsämörri-kouluissa apuohjaajina sekä ohjaajina nähdäksemme, millaista Metsämörri-toiminta käytännössä on, ennen kuin aloimme suunnitella Perhemörri-toimintaa. Olemmekin saaneet mielestämme hyvin kattavan kuvan siitä, millaista on perheiden ohjaaminen ja mitä Metsämörri-toiminta pitää sisällään.

Olemme molemmat suuntautuneet opinnoissamme kasvatus- ja perhetyöhön ja sisällyttäneet opintoihimme lastentarhanopettajan kelpoisuuteen kuuluvat opinnot. Opinnäytetyönämme tekemästämme Perhemörri-toiminnan suunnittelusta ja opinnäytetyön ansiosta käydyistä kurssista ja koulutuksesta onkin varmasti tulevaisuudessa hyötyä meille omassa työssämme lastentarhanopettajina. Lisäksi saimme opinnäytetyön ansiosta lisää kokemusta lapsiryhmien ohjaamisesta sekä perheiden kanssa toimimisesta ja perheryhmien vetämisestä.

Perhemörri-toiminnan suunnittelu ja toteutus on ollut meille mieluisa tehtävä. Tällainen aihe opinnäytetyönä on todella antoisa, ja se on mahdollistanut sen, että opinnäytetyön tekeminen ei ole meille ollut pakkopullaa. Olemme kumpikin sitä mieltä, että toiminnallinen opinnäytetyö on ollut meille paras vaihtoehto. Olemme saaneet hyvin kattavan kuvan Metsämörri-toiminnasta, josta meillä ei ennen tätä ollut kummallakaan juuri tietoa. Yhteistyö on tilaajan kanssa sujunut loistavasti ja olemme saaneet hyvin tietoa ja vastauksia kysymyksiin, jotka meitä ovat askarruttaneet. Opinnäytetyömme aihe on mahdollistanut meille mahtavan kokemuksen, josta varmasti on myös paljon hyötyä tulevaisuudessa.

### 6.1 Prosessin arviointi

Opinnäytetyön teoriaosuutta aloittaessamme tuntui, ettei lähteitä juurikaan löytyisi. Tämä aiheutti hieman turhautumista, mutta koulun opinnäytetyöinfon avulla lähteitä alkoi onneksi löytyä. Kirjoittaminen on sujunut hyvin, vaikkakin hitaalla tahdilla. Sovimme jo opinnäytetyön alkuvaiheissa, että molemmat osallistuvat sekä kirjoitusosuus-

teen, että toiminnan toteutukseen tasapuolisesti. Tässä olemmekin onnistuneet hyvin. Olemme olleet hyvin pitkälti samoilla linjoilla ja täydentäneet toistemme ideoita sekä ajatuksia.

Yhteisen ajan löytäminen opinnäytetyötä varten on toisinaan ollut haasteenamme. Eri-tyisesti kesäaikaan yhteistä aikaa ei meinannut millään löytyä, jotta olisimme voineet käydä läpi sitä, missä vaiheessa opinnäytetyötämme olemme. Myös koulusta johtuvat kiireet sekä työt ovat hankaloittaneet opinnäytetyön tekoa. Omien henkilökohtaisten kiireiden vuoksi työnjako on ollutkin alusta asti meille selvää. Jos emme ole pystyneet tapaamaan kasvotusten jutellaksemme opinnäytetyöstä, olemme olleet yhteydessä internetin ja puhelimen välityksellä. Kumpikin on hoitanut oman osuutensa opinnäytetyön tekemisessä mallikkaasti ja näin ollen kummankaan ei ole tarvinnut turhaan stressata siitä, saadaanko kaikki valmiiksi ajoissa.

Mielestämme oli hyvä, että kävimme ennen varsinaisen Perhemörri-toiminnan suunnittelemista ja ohjaamista katsomassa mitä jo olemassa olevat Metsämörri-koulut pitivät sisällään. Näkemällä käytännössä toimintaa pystyimme paremmin suunnittelemaan sitä, mitä Perhemörri-toiminnan tulisi ainakin sisältää ja saimme hyvät lähtökohdat soveltaa Metsämörri-kouluja Perheille sopiviksi. Metsämörri-ohjaajakoulutuksesta saimme ideoita lähinnä siihen, millaisia leikkejä ja millaista toimintaa Perhemörri-toimintaan voisi käyttää, kun taas Perhis-kurssilta saimme tukea nimen omaan perheiden ohjaamiseen.

Jo Perhemörri-toiminnan suunnittelussa huomasimme, että yksi selkeä haasteemme on se, miten saamme aikaan toimintaa josta nauttivat kaiken ikäiset lapset. Monet leikit saattavat sopia loistavasti vaikkapa 4- tai 5-vuotiaille, mutta vuoden ikäinen lapsi ei samanlaisesta toiminnasta välttämättä välitä. Samaan tapaan olemme leikkejä suunnitellessa miettineet, miten aikuiset kyseisiin leikkeihin lähtevät mukaan. Leikit ja erilaiset toiminnot olemme parhaamme mukaan yrittäneet suunnitella sellaisiksi, että kaiken ikäiset lapset ja aikuiset pääsisivät osallistumaan niihin omalla panoksellaan. Suunnittelemisen ei aina ollut kovin helppoa, mutta mielestämme onnistuimme siinä hyvin. Perhemörri-toiminnan harjoituskerroilla huomasimme, että esimerkiksi vuoden ikäiset lapset pystyvät hyvin osallistumaan toimintaan aikuisen kanssa, vaikka käsi kädessä.

## 6.2 Tuotoksen arviointi

Kaiken kaikkiaan olemme molemmat tyytyväisiä saavutettuun lopputulokseen. Perhemörri-toiminnan kaksi harjoituskertaa onnistuivat mielestämme hyvin. Olisimme kuitenkin toivoneet varsinkin syksyllä enemmän perheitä ohjattavaksi, sillä syksyllä perheitä oli vain kaksi. Saimme kuitenkin leikit toimimaan hyvin myös vain kahden perheen kesken. Perheet tuntuivat myös olevan tyytyväisiä Perhemörri-toiminnan sisältämään ohjelmaan.

Vaikka aluksi tuntui, että koko perheelle sopivia leikkejä metsässä oli vaikea löytää useita jokaiselle kuukaudelle, saimme suunnitelmaan vuosisuunnitelman lisäksi vielä joitakin varaleikkejä. Onnistuimme mielestämme hyvin soveltamaan leikkejä perheille sopiviksi sellaisistakin leikeistä, jotka oli varsinaisesti suunniteltu lapsiryhmien leikitäviksi. Lisäksi ideoimme leikkejä oman mielikuvituksemme puitteissa aivan tyhjästä. Perhemörri-toiminnan vuosisuunnitelmasta tuli mielestämme eheä kokonaisuus, jossa Metsämörri-toiminnan perusajatuksia tulee esille läpi vuoden. Oman näkemyksemme mukaan suunnitelmasta tuli myös helppokäyttöinen ja esteettisesti toimiva.

Perhemörri-toiminnan vuosisuunnitelmasta teimme Kouvolan Ladulle kansion, josta jokaisen kuukauden ohjelma on helposti luettavissa. Teimme kansiota visuaalisesti miellyttävän lukea, jotta lukijalle välittyy jo heti kuva siitä, millaista Perhemörri-toiminnan kuuluu olla. Kansio antaa Perhemörri-toiminnan ohjaajalle hyvät lähtökohdat ohjaamiselle. Kansiota suunnitellessamme pyrimme koko ajan siihen, että vuosisuunnitelma olisi helppolukuinen ja ymmärrettävä. Molemmat panostivat yhtä paljon kansion tekemiseen, sillä jaoimme kirjoittamisosuudet puoliksi. Kaiken kaikkiaan olemme tyytyväisiä tekemäämme kansioon.

## 6.3 Sovellusehdotukset

Perhemörri-kansio on mallia antava kokoelma leikeistä ja toiminnoista, joita ryhmänohjaajat voivat soveltaa omaan toimintaansa sopivaksi. Perhemörri-kansiosta löytyy hyviä leikkejä ja toimintoja mihin tahansa perheliikuntakerhoihin tai – tapahtumiin. Leikit ovat helposti sovellettavissa erilaisiin ympäristöihin ja erikokoisille ryhmille. Leikkejä on helppo soveltaa myös pelkille lapsiryhmille, sillä osa leikeistä on sovellettu alun perin lapsille tarkoitetuista leikeistä perheille sopiviksi. Perhemörri-kansio ei myöskään ole tehty pelkästään tietyn ikäisille lapsille, joten sitä voi käyttää

oman harkinnan mukaan niin pienten, kuin isompienkin lasten ryhmässä. Parhaiten Perhemörri-kansion leikit soveltuvat varmasti Metsämörri-toiminnassa niin Perhemörri- kuin Metsämörri- ja Metsämytys-kouluihinkin, sillä kansion keskiössä on luonto ja siellä liikkuminen. Toisaalta yhtä hyvin sitä voi käyttää perheille suunnatuissa muissa metsäretkitoiminnoissa. Lisäksi myös itse perheet voivat saada siitä vinkkejä leikkeihin tai toimintoihin perheen kesken. Kansio on siis monipuolinen väline lasten ja perheiden liikuttajana ja leikittäjänä.



## LÄHTEET

## Kirjat

Autio, T. & Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito: Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Helsinki: Edita Prima Oy.

Arvonen, S. & Suomen Latu. 2004. Porukalla: Perheliikuntaohjaajan käsikirja. Helsinki: Edita Prima Oy.

Hujala, E. & Turja, L. 2011. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus

Karvonen, P., Siren-Tiusanen, H., Vuorinen, R. 2003. Varhaisvuosien liikunta. Lahti: VK – Kustannus Oy.

Kivimäki, S. & Pietilä H. 2002. Unihuppias - Metsän tarinapolkuja. Turku: Kirjapaino Grafia Oy.

Kouvolan Latu ry. 2008. Juhlahistoriikki - Kouvolan Latu 50 vuotta. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Louv, R. 2010 Last Child in the Woods – Saving our children from nature-deficit disorder. London: Atlantic Books.

Nikkinen, I. 2001. Metsämörri. 2. painos. Helsinki: Rakennusalan Kustantajat RAK, Kustantajat Sarmala Oy.

Nurmilaakso, M. & Välimäki, A-L. 2011. Lapsi ja kieli: kielellinen kehittyminen varhaiskasvatuksessa. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Rinta, T., Lind, P., Lipponen, H. & Tamminen, K. 2008. Viikarit vauhdissa: Motorisia harjoitteita lapsille ja nuorille. Spurtti Oy.

Suomen Latu ry. 2003. Metsämörri - Lasten retkenohjaajan opas.

Tuomaala T., Myyryläinen M. 2002. Luonto tutuksi. Helsinki: Kustantajat Sarmala Oy / Rakennusalan kustantajat RAK.

## Internet-lähteet

Kärkkäinen, A.-M. 2003. Leikki esiopetuksessa. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Saatavissa:

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10519/G0000492.pdf?sequence=1>. [Viitattu 23.9.2012].

Launonen, K. 2012. Varhainen vuorovaikutus. Papunetin internet-sivut. Saatavissa:

<http://papunet.net/tietoa/varhainen-vuorovaikutus>. [Viitattu 4.10.2012].

Metsämörri. Lapset ja nuoret. 2012. Suomen Ladun internetsivut. Saatavissa:

[http://www.suomenlatu.fi/suomen\\_latu/lapset\\_nuoret/metsamorri/](http://www.suomenlatu.fi/suomen_latu/lapset_nuoret/metsamorri/). [Viitattu 14.11.2011].

Riihimäki, T. & Hämäläinen, J. 2001. Lasi ja luonto – Ympäristökasvatusta päiväkodissa. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Saatavissa:

[http://kirjastot.diak.fi/files/diak\\_lib/Helsinki2001/HmlinenJaana.pdf](http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Helsinki2001/HmlinenJaana.pdf). [Viitattu 10.4.2012].

## **PERHEMÖRRIN RUNKO**

### **Aloituspiiri**

Aloituspiirissä on tarkoitus kokoontua yhteen ennen metsään lähtöä ja käydä läpi metsään lähtijät. Ensimmäisenä kaikki käyvät piiriin, minkä jälkeen otetaan jokin aloitusleikki. Aloitusleikin jälkeen jollekin lapselle annetaan Metsämörri-hahmo metsään viettäväksi. Tämän jälkeen otetaan vielä Taikaluku, eli jokainen järjestyksessä sanoo numeron, jolloin saadaan luku metsään lähtijöistä, myös Metsämörri lasketaan mukaan Taikalukuun. Ennen metsään lähtöä lauletaan vielä tuttu Metsämörri-laulu. Lopuksi ohjaaja kertoo myös teeman kulloisellekin Perhemörri-kerralle ja mahdollisesti pohjustaa sitä ennen lähtöä.

### **Teemasta keskusteleminen**

Kun on saavuttu tutulle Metsämörri-paikalle, jokainen vie ensimmäisenä reppunsa sovitettuun Mörripuuhun tai sen juurelle. Myös Metsämörri-hahmo asetetaan retken ajaksi sen omaan majaan. Tämän jälkeen kokoonnutaan ohjaajan luo ja käydään keskustelua kyseisen kerran teemaan liittyen.

### **Riehakas leikki**

Ensimmäisenä leikkinä on hyvä ottaa kunnon energianpurku-leikki, jonka jälkeen lapset (ja miksei myös aikuiset) jaksavat rauhoittua rauhallisempiin ohjelmiin.

### **Rauhallinen leikki**

Energisen leikin jälkeen on hyvä pitää rauhallisempi leikki, jossa perheet pääsevät tutustumaan luontoon eri aistien avulla.

## **Evästauko**

Ennen eväiden esiin kaivamista lausutaan yhdessä aina tuttu ruokaloru. Tämän jälkeen jokainen voi valita itselleen mieleisen eväspaikan ja asettua siihen syömään omia eväitä. On hyvä muistuttaa perheitä ottamaan istuinalustat mukaan evästaukoja varten. Evästauko on tärkeä osa metsäretkeä.

## **Vapaa leikki**

Sitä mukaa, kun eväät on syöty, lapset saavat lähteä leikkimään vapaasti keskenään omia leikkejä sovitulla alueella. Vapaaseen leikkiin varataan aikaa noin kymmenen minuuttia.

## **Loppuleikki**

Ennen metsästä lähtöä voi vielä ottaa jonkin nopean leikin, mikäli aikaa siihen jää.

## **Lopetuspiiri**

Kun metsästä tullaan pois, kokoonnutaan lähtöpaikalle vielä piiriin. Piirissä muistellaan, mikä oli päivän taikaluku ja tarkastetaan se. Lopuksi otetaan vielä tuttu lopetusleikki.

# **SYYSKU**

Syyskuun teemana ovat syksyn merkit

Syyskuisen perhemörrin ohjelma:

### **♥ Aloituspiiri**

### **♥ Keskustellaan syksyn merkeistä**

Matkalla Metsämörri-paikalle kaikki saavat omatoimisesti katsella, miten luonto on muuttunut verrattuna kesään. Metsämörri-paikalla käydään yhdessä läpi mitä syksyn merkkejä matkanvarrella näkyi ja miten luonto vielä muuttuu ennen talvea, esim. puiden lehdet jne.

### ♥ Tuo minulle – leikki

Leikissä leikinhjaaja pyytää tuomaan erilaisia luonnosta löytyviä asioita, kuten männyneulanen, käpy, oksa ja niin edelleen. Tarkoituksena on siis löytää pyydetty asia mahdollisimman nopeasti ja tuoda se leikinhjaajalle. Perhemörrissä tätä leikkiä voidaan leikkiä niin, että lapsen kanssa yhdessä etsitään pyydettyjä asioita tai niin, että perheenjäsenet käyvät vuorotellen etsimässä pyydettyjä asioita.

### ♥ Taideteosten tekeminen

Jokainen perhe etsii luonnosta erilaisia materiaaleja ja tekee kepeillä maahan kehykset, joiden sisälle he rakentavat etsimistään luonnonmateriaaleista minkä tahansa kuvan. Kun jokainen perhe on tehnyt taideteoksensa, käydään ”taidenäyttelyssä” eli kierretään katsomassa kaikkien omat taulut ja jokainen perhe saa muille selittää mitä omassa taulussa on kuvattu.

### ♥ Evästauko

### ♥ Vapaa leikki

### ♥ Sisilisko-hippa

Sisilisko-hippassa yksi leikkijöistä jää hipaksi, sisiliskoksi ja muut juoksevat karkuun yhteisesti sovitulla alueella. Sisiliskon saadessa kiinni jonkun, kiinniotettu ottaa sisiliskon kädestä kiinni ja näin sisiliskolla on mukana häntä. Sisilisko jatkaa muiden kiinniottamista, mutta nyt myös häntä saa ottaa kiinni leikkijöitä. Sisiliskon ja sisiliskon hännän on pidettävä kuitenkin koko ajan toisiaan kädestä kiinni. Aina kun joku leikkijöistä saadaan kiinni, hän jatkaa häntää ottamalla kädestä kiinni edellistä sisiliskon häntänä olijaa. Vain sisilisko ja hänen hännänpäänsä saavat ottaa muita kiinni, sillä välissä olijoilla on molemmat kädet pitämässä sisiliskoa kasassa pitäen vieruskavereiden käsistä kiinni. Leikki jatkuu kunnes kaikki leikkijät tai ainakin melkein kaikki on saatu kiinni. Leikkiä voidaan leikkiä useamman kerran leikkijöiden määrästä riippuen. Hippaa voidaan soveltaa myös niin, että jo heti alussa sisiliskolla on yksi hännänpala mukana eli yksi aikuinen ja lapsi ovat jo parina ottamassa muita leikkijöitä kiinni.

### ♥ Lopetuspiiri

## LOKAKUU

Lokakuun teemana puhutaan siitä, mihin eläimet menevät talven tullessa.

Lokakuisen Perhemörrin ohjelma:

### ♥ Aloituspiiri

### ♥ Keskustellaan eläinten talvenvietosta

Kun saavutaan perille metsään, ohjaaja aloittaa keskustelun siitä mihin metsän eläimet menevät kun talvi ja syksy tulee. Mihin esimerkiksi karhut, linnut, siilit ja ötökät menevät? Mitä tapahtuu kaloille? Mitkä eläimistä jatkavat elämäänsä ihan normaalisti niin kuin kesälläkin?

### ♥ Temppuviesti

Temppuviestissä tehdään joukkueet, jotka voivat olla perheittäin. Sovitaan yhdessä jokin alue, minkä kautta kukin perheenjäsen omalla vuorollaan kiertää (kaikilla joukkueilla sama reitti). Reitti voi olla vaikkapa jonkin puunrungon kiertäminen. Jokainen perheenjäsen joutuu kulkemaan reitin eri tavalla; esim. pomppien, kinkaten, varpailla kävellen, takaperin kävellen tai ihan jollakin muulla hausalla tavalla! Kulkemistavat voi päättää joko ohjaaja tai lapset. Tärkeää on kuitenkin, että jokainen muistaa oman kulkemistyylinsä oman vuoronsa alkaessa. Jos lapsi ei muista, aikuinen voi muistuttaa! Pienimmät viestin suorittajat voivat mennä reitin aikuisen kanssa. Mikäli toisissa joukkueissa on vähemmän jäseniä kuin toisissa, joutuvat pienikokoisten joukkueiden jäsenet kulkemaan reitin useampaan otteeseen.

### ♥ Eläinten jalat –leikki

Leikissä valitaan ensin yksi henkilö, joka saa tulla muun ryhmän eteen seisomaan Metsän haltijaksi, sopivan välimatkan päähän. Metsän haltija sanoo aina jonkin värin, ja askelmäärän, esim; "Se kenellä on päällään jotakin keltaista, saa tulla kolme karhunaskelta". Ne kaikki, joilla sattuu päällään olemaan jotakin pyydettyä väriä, saavat ottaa kolme karhunaskelta. Se kuka pystyy koskettamaan Metsän haltijaa ensimmäisenä, pääsee itse Metsän haltijan paikalle. Metsän haltija voi itse keksiä erilaisia eläinten askelia; vaikkapa sammakon hyppyjä, harakan askelia, lehmän askelia jne.

## ♥ Evästauko

## ♥ Vapaa leikki

## ♥ Eläinten näytteleminen

Tässäkin leikissä tehdään joukkueet, jotka voivat olla perheitä. Perheiden tehtävänä on esittää muille perheille erilaisia eläimiä, joita sitten muut joukkueet yrittävät arvata.

Leikissä perheet voivat joko itse keksiä eläimensä tai sitten ohjaaja voi jokaiselle perheelle määrittää eläimen, jota heidän tulee muille esittää. Tärkeää on kuitenkin antaa perheille hieman suunnittelu-aikaa, ennen kuin he tulevat esittämään eläimiään.

## ♥ Lopetuspiiri

### MARRASKUU

Marraskuun teemana on jokamiehen oikeudet.

Marraskuisen Perhemörrin ohjelma:

## ♥ Aloituspöytä

## ♥ Keskustellaan jokamiehen oikeuksista

Kun saavutaan perille metsään, keskustellaan jokamiehen oikeuksista. Mitä jokamiehen oikeudet oikein ovat? Mitä jokamiehen oikeudet oikeuttaa tekemään ja mitä ei? Onko kukaan kuullut jokamiehen oikeuksista koskaan?

## ♥ Metsäpalo –leikki

Metsäpalo -leikissä leikkijät valitsevat itselleen puun, jonka luo menevät. Yksi leikkijöistä jää ilman puuta, jolloin hän jää seisomaan puiden keskelle. Kun tämä ilman puuta oleva leikkijä huutaa "Metsäpalo! Vaihtakaa puuta!" täytyy kaikkien leikkijöiden vaihtaa puuta. Sääntönä on se, ettei samalle puulle saa mennä, jossa on juuri ollut. Ilman puuta oleva leikkijä yrittää päästä vapaalle puulle, jolloin joku muu leikkijöistä jää ilman puuta. Tällöin leikki jatkuu samaan tapaan. Jos leikkiin sopivia puita on

metsässä liian vähän, voidaan sopia, että jokaiselle puulle mahtuu esimerkiksi kaksi leikkijää kerrallaan. Pienimmät leikkijät voivat hyvin kulkea ja juosta aikuisen kanssa.

### ♥ Luontoa tutkitaan luupprien avulla

Miltä luonto näyttää läheltä katsottuna tällaisena vuodenaikana? Onko eroavaisuuksia verrattuna kesään? Lapset saavat ihmetellä luonnon ihmeellisyyksiä yhdessä aikuisen kanssa.

### ♥ Evästauko

### ♥ Vapaa leikki

### ♥ Metsänvartija käskee –leikki

Metsänvartija leikki on sama kuin Kapteeni käskee, mutta kapteenin tilalla onkin metsänvartija! Metsänvartija saa päättää kaikesta mitä tehdään: "Metsävartija käskee pomppia! Metsänvartija käskee lopettamaan pomppimisen ja aloittaa paikallaan juoksun!". Metsänvartija saa itse keksiä mitä hassuimpia asioita, joita muut tekevät, mutta tämä edellyttää että metsänvartija osallistuu toimintaan myös itse samalla tavalla. Josakin vaiheessa voidaan vaihtaa metsänvartijaa.

### ♥ Lopetuspiiri

## JOULUKUU

Joulukuisen Perhemörrin teemana on Perhemörrin joulujuhla.

Joulukuisen Perhemörrin ohjelma:

### ♥ Aloituspiiri

### ♥ Kekustellaan eläinten joulurauhasta

Kun saavutaan perille metsään, keskustellaan eläinten joulurauhasta. Miten metsän eläimille voidaan antaa joulurauhaa? Miten voisimme toivottaa metsän eläimille hyvää joulua?



### ♥ Tonttulakkien etsintä

Rajatulle alueelle on piilotettu pieniä paperisia/pahvisia tonttulakkeja, joita kaikki pääsevät etsimään. Tonttulakkeja on hyvä olla paljon, sillä on mukavaa jos jokainen löytäisi vähintään yhden tonttulakin. Tonttulakkien piilottaminen vaatii sen, että ohjaaja käy etukäteen ennen Perhemörrin aloitusta piilottamassa jo tonttulakit. Jos joulukuisessa Perhemörrissä on toinenkin ohjaaja, voi toinen ohjaajista piilottaa lakit kun metsään saavutaan.

### ♥ Lumilyhdyt tai eläinten joululahjat

- Jos metsässä on joulukuussa jo lunta, tehdään lumilyhdyt. Jokainen saa tehdä sellaisen lumilyhdyn kuin itse haluaa. Lopuksi voidaan pitää "näyttely", jossa jokainen voi esitellä tekemänsä lumilyhdyn.
- Jos lunta ei metsässä vielä joulukuussa ole, etsitään luonnosta metsän eläimille joululahjat, jotka laitetaan tiettyyn paikkaan, josta eläimet ne ehkäpä löytävät.

### ♥ Eväshetki

### ♥ Vapaa leikki

### ♥ Orkesteri

Jokainen etsii luonnosta soittimet, jonka jälkeen laitetaan metsäorkesteri kasaan! Kepit toimivat hyvinä rumpukapuloina, kiviä voi hangata toisiinsa jne. Kun jokaisella on soitin löydettyinä, lauletaan ja soitetaan yhdessä jokin joululaulu. Laulu voi olla esitys metsän eläimille sekä tietenkin Metsämörrille!

### ♥ Lopetuspiiri

MIKÄLI MAHDOLLISTA, JOULUKUINEN PERHEMÖRRI VOIDAAN JÄRJESTÄÄ MYÖS KOUVOLAN LATU RY:N LATUPIRTISSÄ VALKEALASSA:

### ♥ Aloituspiiri

- ♥ Keskustellaan siitä, miten metsän eläimille voidaan toivottaa hyvää joulua ja taata niille joulurauha.

- ♥ Mikäli joulukuussa on jo lunta, rakennetaan lumilyhdyt. Jos lunta vielä ei ole, niin etsitään luonnosta metsän eläimille joululahjat, jotka viedään tiettyyn paikkaan, josta eläimet ne löytävät.
- ♥ Syödään joulupuuroa yhdessä
- ♥ Lauletaan joululauluja
- ♥ Lopetuspiiri

## TAMMIKUU

Tammikuun teemana on talvi vuodenaikana.

Tammikuisen Perhemörrin ohjelma:

### ♥ Aloituspiiri

### ♥ Keskustellaan Talvesta

Mitä kaikkea talvella voi tehdä? Miten talvi eroaa kesästä? Millainen talvi on?

### ♥ Lumitamppo

Lumitampossa ensimmäisenä pitää tehdä polkuja ristiin rastiin 10–20 metrin alueelle niin, että ne erottuvat selvästi. Tämän voi tehdä esimerkiksi niin, että leikinohjaajan perään tehdään jono, joka tamppaa leikinohjaajan kulkemat reitit. Polkujen varrelle tehdään muutama pallonmuotoinen turvapesä, joihin voi mennä hetkeksi lepäämään. Kun leikkialue on rajattu ja polut selkeästi tallottu, voidaan aloittaa itse leikki. Leikissä yksi leikkijöistä valitaan lumimieheksi, jota karkuun muiden pitää juosta vain tallottuja polkuja pitkin. Myös lumimies saa kulkea vain tallotuilla poluilla. Kun lumimies saa jonkun leikkijöistä kiinni, kiinniotettu ”jäätty” paikalleen niin pitkäksi aikaa, että joku muu leikkijöistä tulee pelastamaan hänet koskettamalla häntä. Leikkiä voidaan leikkiä muutaman kerran, vaihtaen välillä lumimiestä. Perhemörrissä voidaan myös valita esimerkiksi yksi lapsi ja yksi aikuinen lumimieheksi jos leikkijöitä on paljon.

### ♥ **Luupit ja lumihiutaleet**

Tutkitaan luupeilla lumen pintaa, lunta voi ottaa myös pienen määrän vaikka käteen ja tarkastella minkälaisia hiutaleita siitä löytyy. Aikuiset ihmettelevät lumihiutaleiden muotoa ja lumen rakennetta yhdessä lasten kanssa.

### ♥ **Evästauko**

### ♥ **Seuraa Metsämiestä**

Leikki on sama kuin seuraa johtajaa, nimi vain on muutettu Metsämörri-kouluihin sopivaksi. Tarkoituksena leikissä siis vuorotellen toimia metsämiehenä, jota muut seuraavat jonossa ja matkivat liikkeissä. Jokainen pääsee vuorollaan johtajaksi ja saa itse päättää reitin ja liikkeet.

### ♥ **Lopetuspiiri**

## **HELMIKUU**

Helmikuun teemana ovat eläinten jäljet.

Helmikuisen perhemörrin ohjelma:

### ♥ **Aloituspäiri**

### ♥ **Keskustellaan eläinten jäljistä**

Jos mahdollista, ohjaajalla on mukanaan kuvia erilaisten eläinten jäljistä. Käydään läpi kuvista, mikä jälki kuuluu millekin eläimelle. Katsotaan myös löytyykö metsästä jälkiä.

### ♥ **Pitkä, pätäk, pallero –leikki**

Leikissä rajataan lumihankeen alue, jonka sisällä juoksennellaan vapaasti ympäriinsä. Leikinohjaaja jää alueen ulkopuolelle ja huutaa sieltä välillä käskyjä; pitkä, pätäk, pallero. Aina leikinohjaajan huutaessa jonkun näistä, leikkijöiden pitää asettua huudettuun asentoon. Asennot käydään läpi ennen leikin aloitusta yhteisesti harjoitellen. Jos leikinohjaaja huutaa pitkä, kaikkien leikkijöiden pitää pysähtyä ja kurkotella varpail-

laan seisten (pienemmät lapset tavallisesti seisten) mahdollisimman korkealle käsillään. Kun huudetaan pätkä, pitää mennä mahdollisimman nopeasti kyykkyyn. Kun taas huudetaan pallero, lapset menevät mahdollisimman nopeasti oman aikuisensa syliin istumaan oikein pieneen kippuraan. Kun leikki alkaa onnistua, voidaan katsoa kuka on ensimmäiseksi tai viimeiseksi huudetussa asennossa.

### ♥ Omat jäljet lumessa

Millainen on käden jälki, jalanjälki, lumienkeli... Vertaillaan aikuisen ja lapsen jälkiä keskenään ja kokeillaan tehdä erilaisia jälkiä lumeen.

### ♥ Eväshetki

### ♥ Vapaa leikki

### ♥ Peikkoleikki

Jokaisesta perheestä valitaan suurin piirtein samanikäiset tai samantasoiset perheenjäsenet samaan aikaan peikoiksi. Jokaisen perheen peikolle valitaan pesäpaikka sovitun leikkialueen eri reunoilta. Muut kuin peikot yrittävät päästä karkuun peikkoja sovitulla alueella. Peikon saadessa jonkun kiinni, on hänen vietävä kiinniotettu omaan pesäänsä. Tämän jälkeen hän jatkaa samalla tavalla karkulaisten kiinniottoa, kunnes kaikki karkulaiset on otettu kiinni. Lopuksi lasketaan, kuinka monta karkulaista kukin peikko sai kiinni. Kiinniotettujen ei tarvitse olla oman perheen jäseniä. Leikkiä voidaan leikkiä useamman kerran vaihdellen peikkoja.

### ♥ Lopetuspiiri

## MAALISKUU

Maaliskuun teemana on lumi.

Maaliskuisen Perhemörrin ohjelma:

### ♥ Aloituspiiri

### ♥ **Keskustellaan lumesta**

Millaista lumi on tai voi olla? Mitä lumesta voi tehdä?

### ♥ **Lumipallotehdas / Lumipallotorni**

Tässä leikissä jokainen perhe on oma joukkueensa. Jokaiselle perheelle tehdään oma pieni alue, jossa ei ole lunta lumipallojen tekoon. Tämän jälkeen leikinhjaaja antaa lähtökäskyn, jolloin kaikki lapset saavat lähteä hakemaan lunta lumipallojen tekoon. Lapset vievät mahdollisimman nopeasti lunta omalle aikuiselleen ja aikuinen tekee saamastaan lumesta lumipalloja niin monta kuin ehtii. Aikuinen ei saa käyttää muuta lunta, kuin lapsen tuomaa lunta. Kun leikinhjaaja ilmoittaa ajan loppuneen, laske-  
taan, montako lumipalloa kukin perhe sai tehtyä. Tämän jälkeen perhe voi vielä yhdessä rakentaa tekemistään lumipalloista suuren tornin.

### ♥ **Muotoillaan lumesta taideteos**

Jokainen perhe saa muotoilla yhdessä minkä tahansa lumitaideteoksen. He voivat rakentaa esimerkiksi jonkin pienen eläimen, pienen linnan tai vaikkapa lumilyhdyn. Tämän jälkeen kierrellään katselemassa, minkälaisia taideteoksia toiset perheet saivat aikaiseksi.

### ♥ **Evästauko**

### ♥ **Vapaa leikki**

### ♥ **Karhu nukkuu**

Kaikki kokoontuvat piiriin ja ottavat toisiaan käsistä kiinni. Tämän jälkeen valitaan yksi karhuksi keskelle piiriä. Karhu käy nukkumaan piirin keskelle polvilleen kasvot maata kohti. Piiri karhun ympärillä lähtee pyörimään ja piirissä olijat laulavat karhu nukkuu –laulun; ”Karhu nukkuu, karhu nukkuu talvipesässensä. Ei ole vaaraa kellään, näin sitä leikitellään. Karhu nukkuu, karhu nukkuu, eipäs nukukaan!” Samalla hetkellä kun lauletaan ”...eipäs nukukaan!” karhu herää ja kaikki piirissä olijat lähtevät juoksemaan karhua karkuun. Se kenet karhu saa kiinni, on seuraava karhu. Leikki voidaan ottaa muutaman kerran uudestaan, riippuen siitä minkä verran aikaa on jäljellä.

### ♥ **Lopetuspiiri**

## HUHTIKUU

Huhtikuun teemana ovat kevään merkit.

Huhtikuisen Perhemörrin ohjelma:

### ♥ Aloituspiiri

### ♥ Keskustellaan kevään merkeistä

Mitä kevään merkkejä luonnosta löytyy? Miten luonto eroaa viime käyntikerrasta?  
Mille kevät tuoksuu?

### ♥ Nalle-hippa

Nalle-hippaa leikitään perinteisen hipan tavoin, mutta nalle-hipassa turvaan voi mennä halaamalla yhtä tai useampaa leikkijää! Halaamaan ei saa kuitenkaan jäädä liian pitkäksi aikaa, vaan vain hetkeksi. Mikäli hippa koskettaa toista leikkijää, joka ei turvasa ole, tulee tästä uusi hippa.

### ♥ Tutkitaan luupeilla kevättä

Lapset tutkivat yhdessä oman aikuisensa kanssa luontoa lähietäisyydeltä luupeilla. Tutkitaan esimerkiksi alkaako luonnosta löytyä jo kasvinalkuja pyrkimässä maan sisästä esille tai alkaako puissa jo kasvaa uusia silmuja ja miltä ne näyttävät luupin kautta. Jokainen perhe voi omatoimisesti tutkia kevään erilaisia merkkejä luupeilla.

### ♥ Evästauko

### ♥ Vapaa leikki

### ♥ Väri-leikki

Leikissä kaikki asettuvat saman piirretyn viivan taakse seisomaan ja yksi menee sovitun paikkaan kauemmas toisista selkä toisiin päin. Tämän jälkeen hän alkaa huudella muille ohjeita siitä, kuka saa liikkua ja minkä eläimen askelin. Esimerkiksi ”Kaikki kenellä on missä tahansa jotakin keltaista, saavat ottaa kaksi jäniksen loikkaa.” tai ”Kaikki kenellä on housuissa jotakin sinistä, saavat ottaa viisi ketun hiipivää askelta.”

Erilaisten eläinten askeleet voidaan miettiä jo ennen leikkiä tai vaihtoehtoisesti miettiään aina yhdessä, miten pyydetyn eläimen askeleet voisivat mennä.

## ♥ Lopetuspiiri

### TOUKOKUU

Toukokuun teemana on luonnon tuoksut ja äänet.

Toukokuisen Perhemörrin ohjelma:

## ♥ Aloituspiiri

### ♥ Keskustellaan luonnon tuoksuista ja äänistä

Kun saavutaan perille tutulle metsäpaikalle, keskustellaan siitä, miltä kevät tuoksuu ja kuulostaa. Lapsia (ja aikuisia) on voinut jo aloituspiirin aikana kehottaa tarkkailemaan millaisia tuoksuja ja ääniä he kuulevat Mörripaikalle käveltäessä.

## ♥ Käpyjahti

Käpyjahdissa jakaudutaan joukkueisiin perheittäin. Jokaisella perheellä on suurin piirtein samankokoinen käpykeko edessään. Kun ohjaaja antaa merkin, niin perheet aloittavat käpyjahdin! Tarkoituksena on varastaa muilta joukkueilta käpyjä niin paljon kuin on mahdollista, ja tuoda ne omaan kekkoon. Haastetta leikkiin lisää se, että lapset saavat kerrallaan poimia kaksi käpyä ja aikuiset vain yhden kävyn. Kun ohjaaja huutaa "seis", käpyjahti loppuu ja on aika katsoa mikä joukkueista sai haalittua eniten käpyjä.

- Joukkueet voidaan muodostaa joko perheittäin, tai niin että lapset kilpailevat aikuisia vastaan.
- Kävyt voidaan kerätä joko Perhemörrin aikana yhdessä, tai sitten ohjaajan täytyy etukäteen kerätä ne.

## ♥ Tuoksu-cocktail

Erilaisia luonnosta löytyviä, tuoksuvia asioita kerätään pieniin purkkeihin, joista ei näe läpi (esim. vanhoihin filmirullapurkkeihin). Purkkeja on hyvä olla vähintään 5-6. Jokainen perhe saa yhden purkin kerrallaan itselleen, ja he voivat haistaa ja koettaa arvata mitä purkissa on. Arvauksen voi kirjoittaa ylös paperille. Kun jokainen perhe

on saanut haistaa kaikkiin purkkeihin, on aika katsoa oikeat vastaukset. Arvauksia on myös mielenkiintoista käydä läpi, ja katsoa kuinka eri tavalla kukin perhe on vastannut!

### ♥ **Evästauko**

### ♥ **Vapaa leikki**

### ♥ **Kalat verkossa**

Leikissä muodostetaan ensin kaksi ryhmää. Toinen ryhmistä tekee piirin ja toinen ryhmä asettuu piirin sisälle. Piirin sisällä olevat ovat kaloja, ja piiri on verkko. Kalojen tehtävänä on yrittää päästä pois verkosta, kun taas verkon tehtävänä on yrittää estää kalojen pääsy. Kun kaikki kalat ovat päässeet verkosta pois, voidaan halutessa vaihtaa osia. Leikkiä voidaan Perhemörrissä leikkiä niin, että aikuiset muodostavat verkon, josta lapset sitten yrittävät päästä pois.

### ♥ **Lopetuspiiri**

## **KESÄKUU**

Kesäkuun teemana ovat puut.

Kesäkuisen Perhemörrin ohjelma:

### ♥ **Aloituspäiri**

### ♥ **Keskustellaan puulajeista**

Mitä puulajeja on Suomessa? Miten puulajeja voi erottaa toisistaan? Mitä puulajeja ympärillämme näkyy?

### ♥ **Puuhippa**

Perinteinen hippa, jossa kaikki puut ovat turvia jos niitä haluaa. Hippoja voidaan valita yksi tai useampi, esimerkiksi yksi aikuinen ja yksi lapsi. Voidaan myös sopia, että samaan puuhun ei saa mennä heti uudestaan ja turvassa lasketaan viiteen, minkä jälkeen turvasta pitää lähteä liikkeelle.

### ♥ **Luonnon tehtävärata**



### ♥ Evästauko

### ♥ Vapaa leikki

### ♥ Paljonko kello on herra susi?

Kaikki asettuvat saman piirretyn viivan taakse seisomaan lampaiksi ja yksi menee so-  
vittuun paikkaan kauemmas toisista kasvot kohti toisia sudeksi. Viivan takana olijat  
kysyvät ”Paljonko kello on herra susi?” ja susi vastaa jonkin luvun yhdestä kahteen-  
toista, jolloin lampaat lähestyvät sutta yhtä monta askelta, kuin susi on vastannut kel-  
lon olevan. Leikkiä voidaan leikkiä niin, että susi sanoo myös minkä kokoisia askelei-  
ta täytyy milloinkin ottaa. Samaa jatketaan niin kauan, kunnes susi vastaa ”ruoka-  
aika”. Tällöin kaikki lampaat juoksevat mahdollisimman nopeasti takaisin aloitusvii-  
valle ja susi yrittää sitä ennen saada lampaita kiinni, jolloin kiinniotetut lampaat muut-  
tuvat myös susiksi. Perhemörrissä voidaan susia ottaa aloitukseen vaikkapa yksi ai-  
kuinen ja yksi lapsi.

### ♥ Lopetuspiiri

## LUONNON TEHTÄVÄRATA

### ➤ **Rasti 1: etäisyydet**

Ohjaaja on etukäteen valinnut kepin ja mitannut, montako kepin mittaa on matka esimerkiksi joltakin puulta jollekin kivelle. Rastilla perheiden tehtävänä on mitata yhdessä tuo sama matka. Tulos merkitään paperille.

### ➤ **Rasti 2: Käpykoris**

Perheellä on kasa käpyjä käpypesässä (esim. 30 käpyä) ja vähän matkan päähän on piirretty ympyrä. Perheiden pitää yhdessä heitellä käpyjä niin, että mahdollisimman moni niistä jää piirrettyyn ympyrään. Kun kaikki kävyt on heitetty, lasketaan, montako käpyä ympyrässä on. Tulos merkitään taas paperille.

### ➤ **Rasti 3: Kasvien tunnistamista**

Ohjaaja on kerännyt muutamia eri luonnon materiaaleja esimerkiksi rasioihin ja numeroinut rasiat. Perheet miettivät, mitä materiaalit ovat ja kirjaavat vastaukset paperille. Materiaaleja voivat olla esimerkiksi koivunlehti, männyn neulanen, kuusen neulanen, sammal, jäkälä ja niin edelleen.

### ➤ **Rasti 4: Eläinten tunnistamista**

Leikin ohjaaja on valmiiksi tulostanut joidenkin suomalaisten eläinten kuvia ja numeroinut ne. Perheiden tehtävänä on miettiä, mitä eläimiä kuvissa on ja mitä mikäkin eläin voisi syödä.

### ➤ **Loppupiste:** Kun kaikki ovat kiertäneet rastit, tarkastetaan tulokset.

➤ Rastien välille voi sopia erilaisia tapoja kulkea rastilta toiselle, esim. Kaikkien perheen jäsenten tulee siirtyä ensimmäiseltä rastilta toiselle karhun kävelyllä, vanhempien pitää kantaa lapset seuraavalle rastille niin, etteivät lapset kosketa maata rastien välillä tai perheen pitää hyppiä tasajalkaa käsi kädessä kolmannelta rastilta loppupisteelle.

➤ Jos perheitä on enemmän kuin rasteja, muut kuin rastilla olijat voivat esimerkiksi rakentaa perheinä luonnon materiaaleista kuvat perheestään.

## HEINÄKUU

Heinäkuisen Perhemörrin teema ovat metsän kasvisto ja marjat.

Heinäkuisen Perhemörrin ohjelma:

### ♥ Aloituspiiri

### ♥ Keskustellaan marjoista ja kasveista

Kun saavutaan perille metsäpaikkaan, jutellaan metsän marjoista ja kasveista; mitä marjoista saa syödä ja mitä ei? Mitä kasveja metsästä voidaan tunnistaa? Mitä eroja esim. eri marjojen välillä on?

### ♥ Parihippa

Leikissä ollaan hippaa, mutta pareittain. Jokainen saa parin, jonka kanssa juostaan käsikynkässä. Hippapari koettaa ottaa kiinni muita pareja, ja kun he saavat toisen parin kiinni, vaihtuu hippa. HUOM! Parit voidaan arpoa lankojen avulla! Ohjaajalla on kädessään iso kasa lankoja, joista jokainen ottaa yhdestä langasta kiinni. Kun jokainen on valinnut langan, katsotaan kuka on ottanut kiinni samasta langanpätkästä. Samasta langasta kiinnipitävät ovat pari. Aivan pienimmät lapset voivat olla oman aikuisensa pareja. Mikäli paria ei riitä kaikille, voi ohjaaja myös osallistua leikkiin.

### ♥ Lankojen etsimistä

Rajatulle alueelle on piilotettu eri värisiä langanpätkiä. Tehtävänä on etsiä piilotetut langanpätkät! (Ohjaajan täytyy muistaa kuinka monta langanpätkää luontoon on piilotettu, jotta kaikki pätkät varmasti löydetään).

### ♥ Luonnon tunnustelua

Erilaisia luonnon asioita on laitettu pieniin pusseihin, joista ei näy läpi. Muodostetaan joukkueet, jotka voivat olla perheitäin. Jokainen perhe saa tunnustella jokaisen pussisisältöä. Pelkän tuntoaistin perusteella tulisi yrittää selvittää mitä pussissa on. Ar-

vaukset kirjataan ylös paperille. Kun perheet ovat tunnustelleet jokaisen pussin sisältöä, on aika katsoa oikeat vastaukset.

### ♥ **Eväshetki**

### ♥ **Vapaa leikki**

### ♥ **Vaihdetaan paikkaa –leikki**

Tehdään piiri, johon käydään istumaan (istuinalustojen päälle). Yksi jää piirin keskelle. Piirin keskelle jäänyt voi sanoa esim: "Ne ketkä pitävät kesästä vaihtaa paikkaa!". Tällöin kaikki kesästä pitävät joutuvat lähtemään pois paikaltaan ja etsimään toisen vapaan istumapaikan (jossa istuinalusta on). Myös piirin keskellä oleva yrittää päästä vapaalle paikalle. Se kuka jää ilman paikkaa, joutuu keskelle. Keskellä oleva voi keksiä mitä kysymyksiä tahansa! Pienimmät leikkijät voivat halutessaan istua aikuisen sylissä ja kulkea aikuisen kanssa.

### ♥ **Lopetuspiiri**

## **ELOKUU**

Elokuisen Perhemörrin teemana ovat sienet.

Elokuisen Perhemörrin ohjelma:

### ♥ **Aloituspiiri**

### ♥ **Keskustellaan erilaisista sienistä**

Kun saavutaan perille metsään, keskustellaan siitä millaisia erilaisia sieniä Suomen metsistä voi löytää. Ohjaajalla voi olla mukana myös erilaisia kuvia sienistä, joita hän voi lapsille näyttää. Keskustellaan myös siitä, mitkä sienet ovat myrkyllisiä ja mitkä eivät. Tärkeää on kuitenkin painottaa sitä, että mitään sieniä ei saa syödä, ennen kuin on varmistanut aikuiselta, ovatko ne myrkyllisiä vai eivät

## ♥ Sienihippa

Sienihipassa valitaan aluksi yksi tai useampi hippa. Kun hippa saa kiinni jonkun, täytyy kiinniotetun jähmettyä joko tatiksi, kanttarelliksi tai korvasieneksi. Sellainen henkilö, ketä ei vielä ole saatu kiinni, voi pelastaa sienen, eli kiinniotetun koskettamalla tätä. Pienimmät leikkijät voivat kulkea yhdessä aikuisen kanssa.

Tatti = Kädet puuskassa

Kanttarelli = Kädet olkapäillä

Korvasieni = Kädet pään päällä

## ♥ Tutkitaan sieniä luupeilla

Lapset saavat vapaasti kulkea rajatulla alueella tutkimassa millaisia sienet ovat läheltä katsottuna. Koetetaan myös tunnistaa erilaisia sieniä yhdessä.

## ♥ Evästauko

## ♥ Vapaa leikki

## ♥ Myrkkysieni

Myrkkysienessä etsitään ensin erilaisia asioita luonnosta, mitkä tuodaan maahan asetetun lakanan päälle (esim. käpy, keppi, sammalta, lehti yms.) Ensin katsotaan tarkasti mitä asioita lakanalle on tuotu, ja valitaan yksi henkilö, joka saa kerätä "sieniä" eli lakanalla olevia asioita ensimmäisenä. Tämän henkilön täytyy hetkeksi poistua esimerkiksi läheisen puun luokse odottamaan, että hänet kutsutaan takaisin. Tällä välin muut päättävät yhdessä, mikä esineistä on "myrkkysieni". Sienien kerääjä kutsutaan paikalle, ja hän saa aloittaa sienien keräämisen. Lasketaan yhteen ääneen kuinka monta sientä hän saa kerättyä. Mikäli kerääjä nappaa "myrkkysieneksi" nimetyn esineen, tulee muiden huutaa "Myrkkysieni!". Tämän jälkeen katsotaan kuinka monta sientä henkilö sai kerättyä ennen myrkkysientä. Tässä kohtaa voidaan myös vaihtaa kerääjää ja aloittaa leikki alusta.

## ♥ Lopetuspiiri

## YLIMÄÄRÄISIÄ

### ♥ Tarkkuusheitto

Valitaan maaliksi jokin kanto, puu tai piirretään maaliympyröitä. Jokainen saa heittää vuorotellen tietyn määrän käpyjä ja tarkastellaan kuinka lähelle maalia kävyt osuivat tai kuinka monta käpyä maalissa on. Tarkkuusheitossa voidaan myös merkitä maahan kunkin perheen lähimmäksi osunut käpy ja lopuksi katsoa, minkä perheen käpy suoriutui voittajaksi.

### ♥ Taikaoksa

Ollaan pareittain lapsi-aikuinen –pareissa. Jokaisessa parissa toisella on pieni keppi tai oksa, joka on metsäkeijun oma taikasauva. Toinen parista on siis metsäkeiju ja toinen patsas. Metsäkeijun koskiessa patsasta taikasauvallaan esimerkiksi käteen, patsaan käsi herää eloon. Metsäkeiju voi koskea patsasta mihin tahansa ja aina se kohta, johon taikasauva osuu, herää hetkeksi eloon. Mikään muu osa patsaasta ei saa liikkua, joten jokaisen täytyy käyttää omaa kekseliäisyyttään, miten mitäkin kohtaa tulee liikuttaa, ettei muuten liiku.

### ♥ Aarteen etsintä

Valitaan joitakin selvästi ympäristöstä erottuvia ”aarteita”. Ohjaaja piilottaa aarteet tietylle alueelle niin, etteivät muut näe mihin aarteet piilotetaan. Tämän jälkeen kaikki perheet kokoontuvat samaan paikkaan ja heille annetaan yhteinen lähtökäsky lähteä etsimään aarteita osoitetulta alueelta. Leikki loppuu, kun kaikki aarteet on löydetty tai kun aika loppuu. Tämän jälkeen lasketaan, mikä perhe löysi eniten aarteita.

### ♥ Taivaskanava ; loppurentoutus

Ennen metsästä lähtöä jokainen saa valita itselleen sopivan paikan, josta näkee taivaalle. Jokainen käy selälleen makaamaan ja hiljentyä katselemaan, mitä taivaalla näkyy. Taivaskanavaa katsellessa voidaan samalla keskustella muun muassa, miltä pilvet näyttävät ja muistuttavatko ne muodollaan jotakin, esimerkiksi eläintä.

### ♥ Etsi ominaisuuksia luonnosta

Leikissä ohjaaja antaa leikkijöille erilaisia ohjeita, mitä luonnosta täytyy etsiä. Etsittävät asiat voivat olla esimerkiksi jotakin pehmeää, tai jotakin karheaa. Ohjaaja voi pyytää leikkijöitä etsimään myös vaikkapa jotakin tiettyä väriä luonnosta. Leikissä ohjaajalla on vapaat kädet keksiä mitä hauskimpia asioita etsittäväksi luonnosta! Leikissä voidaan myös kilpailla joukkueittain (esimerkiksi perheittäin).

### ♥ Aloituspiiriin; aaltoilu

Aaltoilussa käydään ensiksi piiriin, ja otetaan vieressä olevien käsistä kiinni. Tämän jälkeen aloitetaan käsillä aaltojen tekeminen; aallot voivat olla aluksi aivan pieniä ja suurentua koko ajan. Lopuksi aallot voivat hiljentyä ja olla aivan hiljaisia. Aaltoilu sopii hyvin esimerkiksi aloitus- tai lopetuspiiriin.

### ♥ Kana hippasilla

Leikissä valitaan yksi kettu ja yksi kukko. Muut leikkijät ovat kanoja. Ketun tehtävänä on ottaa kiinni kanoja, ja mikäli kettu saa kanan kiinni, täytyy kanan mennä kyykkyyn ja heiluttaa käsivarsiaan kotkottaen. Kukon tehtävänä taas on pelastaa kiinniotettuja kanoja. Kukko pelastaa kanan koskettamalla tätä ja seisoen yhdellä jalalla, sanoen samalla "kukkokiekuu". Kettu ei saa leikissä ottaa kukkoa kiinni. Leikkiä voidaan jatkaa niin kauan kuin energiaa riittää

### ♥ Röh röh

Leikkijät käyvät piiriin, joko istumaan tai seisomaan. Piiristä valitaan yksi, joka toimii lähettäjänä. Lähettäjä voi olla vaikkapa leikin ohjaaja. Leikin lähettäjä sanoo oikealla puolellaan olevalle "röh". Oikealla puolella oleva leikkijä sanoo puolestaan omalla oikealla puolellaan olevalle "röh". Jokainen sanoo omalla vuorollaan vieressään olevalle "röh", kunnes viesti on kiertänyt ringin ympäri. Kun "röh" on palannut takaisin lähettäjälle, sanoo tämä "possu tuli kotio!". Seuraavilla kierroksilla viesti voi olla eri, esimerkiksi "miau" tai "hau". Leikissä voidaan myös katsoa, kuinka nopeasti viesti kiertää ringin ympäri.

### ♥ Tarttuvat takiaiset

Tarttuvat takiaiset -leikissä kaikki leikkijät pomppivat rajatulla alueella ympäriinsä. Kun kaksi leikkijää osuvat toisiinsa, tarttuvat nämä kiinni toisiinsa kuin takiaiset. Aina kun leikkijöitä osuu toisiinsa, tarttuvat nämä edelleen toisiinsa kiinni. Leikkiä jatketaan niin kauan, kunnes kaikki leikkijät ovat tarttuneet toisiinsa kiinni isoksi takiaispalloksi!

### ♥ Eläinäänet

Jokainen leikkijä on jokin eläin. Leikin ohjaaja käy kuiskaamassa jokaiselle leikkijälle, mikä eläin kukin on. Lapsille voi myös näyttää kuvaa eläimestä. Kun jokaiselle leikkijälle on kuiskattu, mikä eläin tämä on, aloittaa ohjaaja eläinten kutsumisen. Ohjaaja huutelee vuorollaan jokaista eläintä luokseen, esimerkiksi "tulkaapa pienet kissani tänne, kis kis!". Kaikki leikkijät, jotka ovat kissoja, lähtevät kulkemaan kohti ohjaajaa esittäen kissaa ja pitäen kissamaista ääntä. Kun jokainen eläin on kutsuttu paikalle, on leikki ohi.

### ♥ Tunnustelu

Leikkijät käyvät piiriin. Jokaiselle leikkijälle annetaan jokin erilainen luonnon materiaali tunnusteltavaksi. Leikkijät eivät saa nähdä mitä heillä käsissään on, joten tässä tapauksessa heillä voi olla esimerkiksi pipot silmillä. Kun jokainen leikkijä on tunnustellut omaa materiaaliaan, kerää ohjaaja ne pois, ja asettaa piirin keskelle sekalaisessa järjestyksessä. Tämän jälkeen leikkijät saavat katsoa, mitä materiaaleja piirin keskellä on. Leikkijöiden tehtävänä on etsiä piirin keskeltä asia, jota tunnusteli silmät suljettuna ollessaan. Mikäli katsominen ei auta, niin esineitä voidaan vielä kerran tunnustella.

### ♥ Lehtien tutkiminen

Jokainen osallistuja saa käydä etsimässä metsästä kauniin lehden. Kun jokainen on löytänyt lehden, asetutaan piiriin. Piirissä jokainen osallistuja katsoo omaa lehteään taivasta vasten. Kun ohjaaja antaa luvan, oma lehti annetaan vasemmalla puolella olevalle. Näin jokainen osallistuja saa tutkia kaikkia lehtiä piirissä. Leikin kuuluu olla rauhallinen, sillä jokaiselle pitää antaa rauha tutkia lehteä.